

Tranås AIF-friidrott inbjuder härmed till
Lag UDM omgång 1, ungdomar 11-13 år

Tävlingsdag: Lördagen den **29 maj 2010**
Plats: Bredstorps IP Tranås
Tid: Tävlingsstart klockan **12.00**

Laguppställningar: Till Siw Dahlgren **FAX** / tel. 0140 - 13531
Ringvägen 25 57341 Tranås
siwtaif@telia.com
SENAST tisdagen 25 maj

Grenar:

P-F 13: 80m, 600m 60m häck, höjd, tresteg, spjut, **SLÄGGA**, 4x80m

P-F 11: 60m, 600m, 60m häck, höjd, längd, kula, spjut, 5x60m

OBS! Grenändring mot vad som står i kalendern. **Slägga i P-F 13**, diskus kommer i omg. 2.
Detta p.g.a att spjut och diskus ligger i samma hörn på arenan..

- # Varje deltagare äger rätt att delta i två grenar + stafett.
- # I UDM får deltagare gå upp i högre åldersklass för att fylla ut ett äldre lag.
- # Deltagare får dock inte byta lag eller åldersklass i andra kvalmatchen.
- # Ett lag måste bestå av minst tre deltagare.
- # 4 försök i längd och tresteg samt alla kast.
- # Poängräkning efter deltagande lag matchdagen.

Deltagande föreningar, anmälda lag

	P13, F13, P11, F11			
Habo FIF-04	1	1	1	1
IK Hakarpspojarna	1	2	1	1
Hovslätts IK	1	2	1	2
Ljungby FIK	1	1		1
IK SISU		1	1	1
Stensjöns IF	1		1	1
Tranås AIF	1	1	1	1
Villstad GIF	1	1	1	1
Wärnamo SK		2		
S:a	7	11	7	9

Lagändringar görs i klubbhuset senast kl 11.30.

Stafettlagsnamn lämnas in senast kl. 14.00 i sekretariatet.

Ledarträff kl. 11.30 i klubbhuset.

KIOSK: Korv, fika, dricka och lite godis.

VÄLKOMNA! Tranås AIF-friidrott

TIDSPROGRAM Lag UDM 29.5 2010

Tid	Löpning	Längd	Tresteg	Höjd	Spjut	Kula	Slägga
12.00		F11 (9)		P13 (7)	F13 (11)	P11 (7)	
12.15	60häck P13						
12.25	60häck F13						
12.30						F11	
12.35	60häck P11						
12.40		P11		F13			
12.45	60häck F11				P13		
13.00	60m P11						
13.10	60m F11						
13.15			F13				P13
13.20	80m P13						
13.30	80m F13				P11		
13.35				F11			
14.00	600m F11						F13
14.10	600m P11		P13				
14.15					F11		
14.20	600m P13						
14.25				P11			
14.30	600m F13						
15.00	Stafetter 5x60m + 4x80m Den klass som först blir klar med teknikgrenarna startar. Stafetterna är lottade.						

	P13	F13	P11	F11
12.00	Höjd	Spjut	Kula	Längd
12.15	60häck			
12.25		60häck		
12.30				Kula
12.35			60häck	
12.40		Höjd	Längd	
12.45	Spjut			60häck
13.00			60m	
13.10				60m
13.15	Slägga	Tresteg		
13.20	80m			
13.30		80m	Spjut	
13.35				Höjd
14.00		Slägga		600m
14.10	Tresteg		600m	
14.15				Spjut
14.20	600m			
14.25			Höjd	
14.20		600m		

c:a 15.00 stafetter