

# DM 5.000m

Även VDM, JDM och UDM 5000m, 3000m, 2000m  
Söndag 11 juli 2010 - inlagt i Ölandsspelen



**Plats:** Högby IP ( 300 m norr om Högby kyrka, ca 4,5 mil norr om Borgholm )  
**Prel. starttider 5000m:** Kvinnor kl. 18.00, Män C-heat 18.40, B-heat 19.10, A-heat 19.40.  
**2000m:** 17.30, **3000m:** 17.40. | A,B,C-heaten delas upp efter angivet årsbästa 2009/2010.

## Sträckor och klasser

5000m: Män, Kvinnor, P19, Veteraner  
3000m: F19, P17, F17, P16, F16  
2000m: P15, F15, P14, F14

## Priser

RF:s mästerskapstecken utdelas till DM & JDM-segrarna, Smålands FIFs silver/brons till 2an/3an. Smålands FIFs guld/silver/brons i UDM & VDM.

## Avgifter och Anmälan

Startavgift 60kr för seniorer, P/F19 och veteraner, 50kr för 14-17år. Föreningen faktureras i efterhand. Efteranmälan = dubbel avgift. Anmälan med klass, namn, födelseår, förening och årsbästa 2010 eller 2009 **senast fredag 2 juli** till: Högby IF, Sandbyvägen 3, 380 74 Löttorp eller [friidrott@hogbyif.se](mailto:friidrott@hogbyif.se)

## Mer information

Hemsida: [www.hogbyif.se/friidrott](http://www.hogbyif.se/friidrott)  
Carl-Gustaf Nilsson, 0480-285 39, 070-444 31 02, [friidrott@hogbyif.se](mailto:friidrott@hogbyif.se)  
Boende: [www.hogbyif.se/friidrott/arrangemang/boende.htm](http://www.hogbyif.se/friidrott/arrangemang/boende.htm)  
Gunnar 0485-230 72, 0703-250 447.

## Sponsorer

Ölands  
Bank



Arrangör  
Högby IF

