



IK SISU

inbjuder till 46:e upplagan av

SISU-SPELEN

Senior- och ungdomstävling i friidrott

Lördagen den 7 augusti 2010 på Skogsvallen i Nässjö

Grenprogram

Män	100m, 400m, 1 500m, 110m häck, Höjd, Stav, Längd, Kula, Diskus, 4x100m
P 17	100m, 1500m, 110m häck, Höjd, Längd, Kula, Diskus
P 15	100m, 800m, 100m häck, Höjd, Längd, Kula, Diskus
P 13	80m, 600m, 60m häck, Höjd, Längd, Kula, Diskus, 4x80 m
P 11	60m, 600m, 60m häck, Längd, Kula, 5x60 m
P 9	60m, Längd, Boll
Kvinnor	100m, 400m, 1500m, 100m häck, Höjd, Stav, Längd, Kula, Diskus, 4x100m
F 17	100m, 1500m, 100m häck, Höjd, Längd, Kula, Diskus
F 15	100m, 800m, 80m häck, Höjd, Längd, Kula, Diskus
F 13	80m, 600m, 60m häck, Höjd, Längd, Kula, Diskus, 4x80 m
F 11	60m, 600m, 60m häck, Längd, Kula, 5x60 m
F 9	60m, Längd, Boll

I klasserna P/F 11 och yngre får samtliga deltagare fyra försök i längd, kula och boll. I övriga klasser får samtliga deltagare tre försök i längd, tresteg och i kastgrenarna. Därefter får de åtta bästa ytterligare tre försök.

Forts.

Anmälan	Senast onsdagen den 28 juli till IK Sisu - Adress: IK Sisu, Centralgatan 26 D, 571 41 Nässjö <i>eller</i> - E-postadress: iksisu@telia.com Glöm inte att ange födelseår i anmälan!
Anmälningsavgift	Sätts in på IK Sisu:s postgironummer: 64 16 24-2 . 40 kr/start för klasserna P/F 13 år och yngre 60 kr/start för klasserna P/F 15 år och äldre 80 kr/stafettlag
Efteranmälan	I mån av plats mot dubbel avgift.
El-tid	Finish-Lynx
Första start	Kl. 10.00
Tidsprogram och resultatlistor	Kommer att läggas ut på IK SISU:s hemsida www.iksisu.se
Priser	Plaketter till de tre främsta i varje klass. Rekordplakett till dem som slår Sisuspelsrekord.
Upplysningar	Peter Fritz, tel. 073 – 681 19 99
Försäljning	IK Sisu kommer under hela tävlingsdagen ha försäljning av pastasallad, korv, mackor, kaffe, dricka, godis m.m.

Välkomna till Skogsvallen i Nässjö den 7 augusti!

IK SISU

