



**Habo friidrott-04** inbjuder härmed till

**Lag UDM omgång 2**, ungdomar 11-13 år

Tävlingdag: Söndagen den **18 augusti 2013**

Plats: Slättens IP Habo

Tid: Tävlingsstart klockan **12.00**

Laguppställningar senast tisdag 13 aug: till Habo FIF 04

Box 146, 56623 Habo

Eller E-post: [info@habofriidrott-04.se](mailto:info@habofriidrott-04.se)

Tävlingsledare: Lasse Elfgaard

Telefon för info: 036-371656, 0705668131

### **Grenar:**

P-F 13: 80m, 200m, 1500m, längd, stav, kula, slägga, 4x80m

P-F 11: 60m, 200m, 1500m, höjd, 3-steg, kula, diskus, 5x60m

# 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, ställning efter omg.1** (enligt SmFIF:S hemsida)

<b>NORRA</b>	<b>P13</b>	<b>F13</b>	<b>P11</b>	<b>F11</b>
Hovslätts IK	18p	38p	36p	44p
Hakarpspojkar	25p	33p / 28p	26p	44p / 19p
Habo FIF-04		47p	23p	30p
IFK Sävsjö	25p	16p		
Wärnamo SK		40p		
Eksjö Södra IK	32p	40p	29p	28p
Stensjöns IF			24p	30p
IK Sisu	19p	46p	30p	28p

Poängen från omgång 1 adderas med poängen från omgång 2 och de 3 främsta lagen går vidare, utom i P11 där de 4 främsta lagen går vidare.

**Lagändringar görs vid ledarträffen i klubbhuset senast kl 11.30.**

Stafettlagsnamn lämnas in senast kl. 14.00 i sekretariatet.

**VÄLKOMNA!** Habo friidrott -04

## Lag UDM söndag 18 aug

### Grenar:

P-F 13: 80m, 200m, 1500m, längd, stav, kula, slägga, 4x80m

P-F 11: 60m, 200m, 1500m, höjd, 3-steg, kula, diskus, 5x60m

### Tidsprogram

Tid	Löpning	kula	Diskus/ slägga	stav	höjd	längd	3-steg
12.00	60m P11	P11 F11	P13 F13				
12.05	60m F11						
12.20	80m P13						
12.25	80m F13						
12.30				P13 F13	P11 F11		
13.00	200m P11	P13 F13					
13.05	200m F11		P11 F11				
13.10	200m P13						
13.20	200m F13						
13.50						P13 F13	P11 F11
14.20	1500m P11						
14.25	1500m F11						
14.30	1500m P13						
14.35	1500m F13						
15.00	Stafett P11						
15.10	F11						
15.20	P13						
15.30	F13						