



## IK SISU

# SISU-SPELEN 2019

Senior- och ungdomstävling i friidrott

Lördagen den 3 augusti 2019 på Skogsvallen i Nässjö

## Grenprogram

<b>Män</b>	100m, 400m, 800m, 110m häck, Höjd, Längd, Kula, Spjut
<b>P 17</b>	100m, 800m, 110m häck, Höjd, Längd, Kula, Spjut
<b>P 15</b>	80m, 800m, 80m häck, Höjd, Längd, Kula, Spjut
<b>P 13</b>	60m, 600m, 60m häck, Höjd, Längd, Kula, Spjut
<b>P 11</b>	60m, 600m, 60m häck, Längd, Kula
<b>P 9</b>	60m, 600m, Längd, Boll
<b>P 7</b>	60m, 600m, längd, Boll
<b>Kvinnor</b>	100m, 400m, 800m, 100m häck, Höjd, Längd, Kula, Spjut
<b>F 17</b>	100m, 800m, 100m häck, Höjd, Längd, Kula, Spjut
<b>F 15</b>	80m, 800m, 80m häck, Höjd, Längd, Kula, Spjut
<b>F 13</b>	60m, 600m, 60m häck, Höjd, Längd, Kula, Spjut
<b>F 11</b>	60m, 600m, 60m häck, Längd, Kula
<b>F 9</b>	60m, 600m, Längd, Boll
<b>F 7</b>	60m, 600m, 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.*



<b>Anmälan</b>	<b>Senast fredag den 26 juli till IK Sisu</b> Anmälan görs via Track and Field <a href="http://www.trackandfield.se">www.trackandfield.se</a> Länk till anmälan och startlista finns på arrangemangets sida på <a href="http://www.iksisu.se">www.iksisu.se</a>
<b>Anmälningsavgift</b>	50 kr/start för klasserna P/F 13 år och yngre 70 kr/start för klasserna P/F 15 år och äldre Anmälningsavgiften faktureras till respektive klubb.
<b>Efteranmälan</b>	I mån av plats mot dubbel avgift.
<b>El-tid</b>	Finish-Lynx
<b>Första start</b>	Kl. 10.00
<b>Tidsprogram och resultatlistor</b>	Kommer att läggas ut på IK SISU:s hemsida <a href="http://www.iksisu.se">www.iksisu.se</a>
<b>Priser</b>	1 plakett vardera till deltagare i klasserna <b>P/F7 och 9</b> oavsett placering och antal grenar. I övriga klasser plaketter till de tre främsta i varje klass och gren. Rekordplakett till dem som slår Sisuspelsrekord.
<b>Upplysningar</b>	Rolf Englund 070 - 545 53 04 <a href="mailto:rolf.englund@iksisu.se">rolf.englund@iksisu.se</a>
<b>Försäljning</b>	IK Sisu kommer under hela tävlingsdagen ha försäljning av korv, varma mackor, enklare lunch, fika, kaffe, dricka, godis. <b>Välkomna till Skogsvallen i Nässjö den 3 augusti!</b>