

Bollnäs Friidrott inbjuder till tävling måndagen 20:e juli 2020 kl. 17.30 på Sävstaås

Tävlingen riktar sig framförallt till klubbar i Hälsingland med förtur för deltagare från BFIK men öppnar upp för övriga om möjlighet finns

Grenprog.:	60 m	P/F 9-13
	80 m	P/F 14-15
	80mh	P/F 14-15
	100 m	P/F 16-19 samt M och K
	200 m	P/F 14-19 samt M och K
	300 m	P/F 14-19 samt M och K
	Tresteg	P/F 13-19 samt M och K

Banor: Polytan WS, max 6 mm spiklängd galler

Priser: Inga priser

Anmälan: Anmälan skickas med e-post till stina.andersson-79@hotmail.com

Anmälningstiden 13-17/7 med förtur till deltagare från Bollnäs som anmäler innan 15/7, därefter fyller vi på med anmälningar från övriga Hälsingland i turordning efter att anmälan kommit oss tillhanda. Ingen möjlighet till efteranmälan ges. Max 40 st deltagare i varje block=löpning/tresteg

Avgift: Ingen avgift

Upplysningar: Stina Andersson 070-75 16 995

PM

Tävlingsexp.:	Öppen på tävlingsdagen från ca 16.45, frågor innan dess tas med Stina
Nummerlappar:	Kommer ej att användas
Avprickning:	Listor kommer sitta på baksida läktarväggen. Avprickning senast kl 16.45 tävlingsdagen för alla klasser.
Uppvärmning:	Tillåten på löparbanorna
Upprop :	15 min innan grenstart vid resp. tävlingsplats
Löpningar:	Börjar 17.30, final direkt, inga försöksheat. Upprop 10 min innan start.
Tresteg:	Börjar 19.00 med P/F13 hoppzon som erbjuds 4 hopp. Därefter övriga som erbjuds 6 hopp för störst chans att få till ett hopp till sverigestatistiken inför bla JSM och USM.
Resultat:	Kommer att finnas på vår hemsida, www.bollnasfik.com senast två veckor efter avslutad tävling för 12 år och äldre.
Publik:	Ej tillåten. Medföljande tränare/ledare vill vi gärna ta hjälp av som funktionär. Lämna anläggningen snarast efter avslutad tävlingsgren.