

KASTMÅNGKAMP

LIDKÖPINGS IS HÄLSAR ALLA VÄLKOMNA TILL FRAMNÄS IP



Plats: Framnäs IP, Lidköping
Datum: Lördagen den 23 september 2023
Anmälan: Mejil till perjo2@icloud.com

Tävlingsprogram

F13: Kula (2 kg), Diskus (600 g), Spjut (400 g), Slägga (2 kg), & Vikt (7.26 kg)
P13: Kula (3 kg), Diskus (600 g), Spjut (400 g), Slägga (3 kg), & Vikt (7.26 kg)
F15: Kula (3 kg), Diskus (750 g), Spjut (500 g), Slägga (3 kg), & Vikt (7.26 kg)
P15: Kula (4 kg), Diskus (1 kg), Spjut (600 g), Slägga (4 kg), & Vikt (9.08 kg)
F17: Kula (3kg), Diskus (1 kg), Spjut (500 g), Slägga (3 kg), & Vikt (7.26 kg)
P17: Kula (5 kg), Diskus (1.5 kg), Spjut (700 g), Slägga (5 kg), & Vikt (11.34 kg)
F19: Kula (4 kg), Diskus (1 kg), Spjut (600 g), Slägga (4 kg), & Vikt (9.08 kg)
P19: Kula (6 kg), Diskus (1.75 kg), Spjut (700 g), Slägga (6 kg), & Vikt (15.88 kg)
KS: Kula (4 kg), Diskus (1 kg), Spjut (600 g), Slägga (4 kg), & Vikt (9.08 kg)
MS: Kula (7.26 kg), Diskus (2 kg), Spjut (800 g), Slägga (7.26 kg), & Vikt (15.88 kg)

Veteranklasser efter behov och enligt de vikter som gäller för respektive klass.

Anmälan

Senast den 20 september till Per Jolbäck, Lidköpings IS på mail perjo2@icloud.com. Anmälan skall innehålla "namn, förening, födelsedata & klass". Ingen efteranmälan. Lägsta ålder för att delta är födda 2011.

Övrig information

PM: Endast längsta kastet mäts i de långa kastgrenarna. Tävlingen är öppna för alla föreningar. För att få tävlingarna att fungera så hjälps vi åt med funktionärskap med de som är på plats. Distriktsanktion finns från Västsvenska Friidrottsförbund.

Tidsprogram: Första start kl 10:00. Mer information komma att mejlas ut till de som har anmält sig efter anmälningstiden har gått ut.

Upplysningar: Per Jolbäck, 0702-605 388.

LIDKÖPING
VID VÄNERN

ICA
KVANTUM
Hjertberg



Dina
Försäkringar

vänerteknoab

Sparbanken
Lidköping



HSB - där möjligheterna bor