

DFIF Inbjuder till öppna IDM 2019 för Dalarna i Friidrottshallen, Falun, söndagar med första start kl.10.00



Klasser: M/K 35 – M/K 95.

För M/K S gäller inbjudan endast 1000 m, 1 engelsk mil och 3000 m som ingår i Löparcupen 2019.

Anmälan till bengt.goransson@dalaidrotten.se eller 023-45477 senast 5 dagar innan resp tävlingsdag, efteranmälan på plats mot dubbel avgift.

Startavgift 100 kronor för seniorer och veteraner betalas till Bankgiro 5100-7912 Dalarnas Friidrottsförbund

Information i övrigt tranberg@telia.com

0280-25599 och 023-16387

I och med anmälan godkänner man publicering av resultat och bilder på Dalarnas och Svenska Friidrottsförbundets hemsidor

Välkomna

Erik-Åke Tranberg, ordf

IVDM 2019

Januari 20

5-kamp med grenarna kula, vikt, 60 m, längd och 800 m.
Individuellt grenarna kula, vikt, längd, tresteg och 800 m

Januari 27

3000 m, se särskild inbjudan. Första start kl 12.00.
(Ingår i Löparcupen 2019).

Februari 3

300 m och 1500 m

Februari 10

60 m, 200 m och 600 m, se särskild inbjudan med tider

Februari 17

150 m samt 1000 m (ingår i Löparcupen 2019)

Mars 10

40 m, 50 m och 400 m

Mars 17

80 m samt 1 engelsk mile (ingår i Löparcupen 2019)

Mars 31

100 m och 2000 m

April 7

500 m och 2 miles