

Tidsprogram till 1:a seriematchen Div. 2 kvinnliga/manliga lag 14/5 Ljungby

Lagledarsamling kl.11 i tältet vid kiosken. En representant för varje lag deltar.

Tid	Löpning	Hopp	Kast
11.00	Lagledarsamling	Lagledarsamling	Lagledarsamling
12.00	K 400 m häck (västra)	M Tresteg (alla)	M spjut (alla)
12.05	K 400m häck (östra)		
12.15	M 400 m häck (västra)		
12.20	M 400 m häck (östra)		
12.30		K Höjd (alla)	
13.00	M 3000m (alla)		
13.15	K 3000 m (alla)		K Diskus (alla)
13.30			
13.35	M 800 m (västra)		
13.40	M 800 m (östra)		
13.45	K 800 m (västra)		
13.50	K 800 m (östra)		
14.00	M 200m (västra)		
14.05	M 200m (östra)		
14.10	K 200 m (västra)		
14.15	K 200 m (östra)		K Spjut (alla)
14.30		M höjd (alla) K Tresteg (alla)	
15.00			
15.15			
15.30	M 2000 mH (alla)		M Diskus (alla)
16.00	K 2000 mH (alla)		
~16.45	K 4x100 m (västra)		
~16.50	K 4x100 m (östra)		
~16.55	M 4x100 m (västra)		
~17.00	M 4x100 m (östra)		

Kiosken på arenan är öppen med försäljning av grillad hamburgare, varma mackor, korv, kaffe, fika, dricka mm.

Ombyte, med dusch och toalett finns i angränsande arena.

Återbud till mia.jansson@stralfors.se minst 7 dagar före tävling.

Föreningarna ska senast 4 dagar före matchen anmäla sin laguppställning i www.easyrecord.se

Ändring i laguppställningen under tävlingen ska meddelas till tävlingsledningen senast 1 timme innan start i den/de aktuella grenarna. Byte får endast göras om deltagare skadas före grenstart. Tävlingsledning/jury avgör.

Tävlingen genomförs samtidigt för både Västra och Östra gruppen.

Vi kommer dela grupperna i löpningarna 200m, 800m, 400mH och stafetterna.

I övriga grenar samkörs Män och Kvinnor i båda grupperna.

Stafetten startar först när samtliga andra grenar är avslutade.

Match 2 i västra gruppen, är flyttad från 20 till 21 augusti, arrangör Lerum.

Det saknas fortfarande arrangör och därmed datum, till tävlingsdag 2 i östra gruppen.

6 lag (vid 5 lag används inte banan 1 vid 200, 400mH och stafetten)	A	B	C	D	E	F
Hinder, spjut	4	3	6	5	2	1
200, tresteg	3	5	1	4	6	2
3000, höjd	1	2	5	6	3	4
800	5	4	2	3	1	6
400 häck	6	1	3	2	4	5
Diskus, 4x100	2	6	4	1	5	3

Resultat efter lottning:

	A	B	C	D	E	F
K västra	Halmstad	Lerum	Ymer	Kville	IKHP	Trollhättan
K östra	Hagen/MAIF	Sisu		Udd	Ljungby	Finspång
M västra	Kville	Trollhättan	Halmstad	IKHP	Råby-Rekarne	Lerum
M östra	Finspång	Udd	Hagen/MAIF		Contact	Ljungby

Löpning	Tresteg	Höjd	Kast- diskus	Kast-spjut
Anders	Niklas Sundström	Leif P.	Andreas	Erkki
Jörgen	Tomas Henricsson	Michael Å.	Annie R. A.	Fredrik Sjöberg
Andreas G.	Martin Runnemalm	Peter J.	Marie H.	Berith Rosberg
	Malin Runnemalm	Lisa Å.	Martina Olsson	Ilona J.
	Natalie G.			Jonas Nilsson

Sjukvårdare: Victoria Wiesel
Kiosken: Cilla/Anna - inköp



LIDHULTS
— *kök & interiör* —