



Klubbresa till Aspen Athletics Games i Haparanda 22-24 januari

Avresan; Sker fredagen den 22 januari kl. 17.30 från Kombihallen med hyrd buss. Bussen rymmer ca 50 personer så först till kvarn gäller...

Hemresa; Sker direkt efter tävlingarna, söndagen den 24 januari.

Boende; Sker i närliggande skola. Ca 10 minuter från friidrottshallen. Medtag liggunderlag – sovsäck - kudde – hygienartiklar – tävlingskläder – ev. spikskor - vattenflaska - varma ytterkläder - pengar till luncher och middag söndag

Frukost; Ordnar klubben i skolans matsal.

Lunch; Enklare servering finns i hallen, som t.ex. varmkorv, tacopaj, smörgåsar och läsk. Lunch lördag och söndag står man för själv. Lunchen intar man lämpligast på anläggningen eller på närliggande IKEA.

Middag; Middag på lördag kväll ordnas av klubben. Middag söndag betalar man själv och blir på Max eller liknande ställe.

Ekonomi; I deltagaravgiften på **650** kr per aktiv ingår resa t/r, logi 2 nätter, frukost lördag och söndag, middag lördag samt anmälningsavgifter. Deltagaravgiften betalas in till **BG: 530-6923** innan avfärd. Medföljande föräldrar/ledare (i mån av plats) betalar samma pris på **650**kr.

Anmälan; Anmälan, som är bindande, ska ske senast den 14 januari. Anmälan görs till tel.143 30 eller anmalan@aikfriidrott.com Ange namn, mail och eventuella matallergier.

Gren/ar; Preliminärt program se nedan;

Inbjudan till tävlingen har inte kommit ännu men jag har pratat med arrangören och de sa att det skulle vara samma grenprogram plus några extragrenar fredag.

Välkomna med din anmälan och till en trevlig klubbresa!

Lördag

Född		Grenar (ange personbästa i löpgren vid avprickning)
-07	P9	60m Längd (4 hopp) 4x1 varv
	F9	60m Längd(4 hopp) 4x1 varv
-06	P10	60m Längd (4 hopp) Vortex (4 kast) 4x1 varv
	F10	60m Höjd Vortex (4 kast) 4x1 varv
-05	P11	60m Längd (4 hopp) Kula (4 kast) 4x1 varv
	F11	60m Höjd Kula (4 stötar) 4x1 varv
-04	P12	60m Längd Kula 800m 4x1 varv
	F12	60m Höjd Kula 800m 4x1 varv
-03	P13	60m Längd Höjd 800m 4x1 varv
	F13	60m Höjd Kula 800m 4x1 varv
-02	P14	60m Höjd Stav 300m 4x200m
	F14	60m Längd Kula 300m 4x200m
-01	P15	60m Höjd Stav Vikt 200m 4x200m
	F15	60m Längd Kula 1000m 4x200m
99-00	P17	60m Höjd Stav Vikt 1500m 4x200m
	F17	60m Längd Kula 1500m 4x200m
-98	M	60m Höjd Tresteg 200m 800m 4x200m
	K	60m Höjd Längd Stav 200m 800m 4x200m

Söndag

Född		Grenar (ange personbästa i löpgren vid avprickning)
-07	P9	40mh Vortex (4 kast)
	F9	40mh Vortex (4 kast)
-06	P10	40m h Höjd 300m
	F10	40m h Längd (4 hopp) 300m
-05	P11	40m h Höjd 300m
	F11	40m h Längd (4 hopp) 300m
-04	P12	60m h Höjd 300m
	F12	60m h Längd 300m
-03	P13	60m h Kula Stav 300m
	F13	60m h Längd Stav 300m
-02	P14	60m h Längd Kula
	F14	60m h Höjd Stav
-01	P15	60m h Längd Kula 1000m
	F15	60m h Höjd Stav Vikt 200m
99-00	P17	60m h Längd Kula 400m
	F17	60m h Höjd Stav Vikt 400m
97-98	P19	60mh Kula
-96	M	60mh Kula Längd Stav 400m 3000m
	K	60mh Kula Tresteg 400m 3000m