



IFK Helsingborg Friidrott bjuder in till

JANUARIKAMPEN

Söndagen den 22 januari 2023

Klass	Mångkamp	Grenordning	Avgift
F14 (2009)	4-kamp	60mh-höjd-kula-längd	100kr
F13 (2010-2011)	4-kamp	60mh-höjd-kula-längd	100kr
F11 (2012-2013)	4-kamp	60m-höjd-kula-längd	100kr
F9 (2014-2015)	3-kamp	60m-längd-kula	80kr
F7 (2016-)	3-kamp	60m-kula-längd	80kr
P14 (2009)	4-kamp	60mh-längd-kula-höjd	100kr
P13 (2010-2011)	4-kamp	60mh-längd-kula-höjd	100kr
P11 (2012-2013)	4-kamp	60m-längd-kula-höjd	100kr
P9 (2014-2015)	3-kamp	60m-längd-kula	80kr
P7 (2016-)	3-kamp	60m-kula-längd	80kr

Tävlingen är öppen för klubbarna i Nordvästra Skånes Idrottskrets (IF Kronan, IFK Helsingborg, IS Göta, Höganäs Friidrott, Ängelholms IF, Båstad GIF och Klippans FK)

Plats: Friidrottshallen på Olympiagränd i Helsingborg. Ingen möjlighet till omklädning - kom ombytta.

Tid: Första gren startar kl. 13:00 preliminärt. Grenarna startas sedan löpande i den ordning som anges i tabellen ovan, med minst 20 min paus mellan grenarna. Tävlingen förväntas vara klar senast 18:30.

Anmälan sker via www.easyrecord.se. Alla avgifter faktureras klubbvis i efterhand.

Sista anmälningsdag: Onsdag 18 januari 2023. Om antalet anmälningar blir stort kommer anmälan att stängas tidigare, då Friidrottshallen i Helsingborg har begränsad kapacitet. Efteranmälan i mån av plats mot dubbel avgift.

Kiosk: Det kommer att finnas försäljning av korv med bröd, dricka, kaffe/te, kakor m.m.

Övrigt: Elitid i löpgrenarna. Tävlingen är sanktionerad. Tidsprogram och PM kommer att mailas ut till anmälda föreningar preliminärt torsdag 19/1.

HJÄRTLIGT VÄLKOMNA!