



**Heleneholms IF inbjuder till**

## **UDM/JDM/DM/VDM 600/800m**

**på Heleneholms IP i Malmö**

**torsdagen 22 augusti 2019**

*VDM ingår i Skånes Veterancup*

**KLASSER UDM 600 m** F/P12, F/P13

**KLASSER UDM 800 m** F/P15, F/P17

**KLASSER JDM 800 m** F/P19

**KLASSER DM 800 m** KS/MS

**Klasser VDM 800 m** M35-M85, K35-K85

### **ANMÄLNINGSavgifter**

**Ungdomar & Juniorer:** 60 kr

**Seniorer & Veteraner:** 70 kr

**Alla avgifter faktureras klubbvis i efterhand.**

**ANMÄLAN** görs via [www.easyrecord.se](http://www.easyrecord.se)  
Sista anmälningsdag är **söndagen 18 augusti**

*För varje tävlande, anmäl dessutom årsbästa eller trolig tid för optimal heatindelning (anmälda utan angiven tid placeras i långsammaste heatet).*

**PLATS** Heleneholms IP, Ystadvägen 23 B, Malmö

**EFTERANMÄLAN** **OBS!** Ingen efteranmälan

**STARTTID** Första start kl **18:30** (långsammaste heatet först)

**STARTLISTOR** Kommer att finnas tillgängliga på kvällen den 20 augusti här:  
[heleneholmsif.se/langloping/tavling/vdm-800/](http://heleneholmsif.se/langloping/tavling/vdm-800/)

**UPPLYSNINGAR** Kenth Larsen [kenth.larsen@telia.com](mailto:kenth.larsen@telia.com)

Tel: 070-554 97 03

**ÖVRIGT** Svenska Friidrottsförbundets tävlingsregler gäller, samt Skånes Friidrottsförbunds regler för DM/VDM. Spikskor med högst 6 mm spik får användas.