



Foto: Deca Text&Bild

Åldersklass	Fredag 26/1 (17-21)	Lördag 27/1 (10-19)	Söndag 28/1 (9-16)
Män (-04)	400m, 3000m, Tresteg, Kula	60m, 800m, Höjd, Stav 2 pooler, Längd, Vikt	200m, 1500m, 60m häck
P19 (05-06)	Kula		60m häck
P17 (07-08)	60m, 400m, Tresteg, Kula	Höjd, Längd, Vikt	200m, 1500m, 60m häck
P15 (09-10)		60m, 1000m, Höjd, Tresteg, Kula	200m, 60m häck, Längd, Vikt
P13 (11)		60m, 600m, Tresteg*, Kula*	60 m häck, Höjd, Längd*
P12 (12)		60m, 600m, Tresteg*, Kula*	60m häck, Höjd, Längd*
P11 (13-14)		60m, 600m, Höjd	Längd*, Kula*
P9 (15-)		60m, Längd*, Kula*	
Kvinnor (-06)	400m, 3000m, Tresteg, Kula	60m, 800m, Längd, Vikt	200m, 1500m, 60m häck, Höjd, Stav 2 pooler
F17 (07-08)	60m, 400m, Tresteg, Kula	Längd, Vikt	200m, 1500m, 60m häck, Höjd
F15 (09-10)		60m, 1000m, Höjd, Tresteg, Kula	200m, 60m häck, Längd, Vikt
F13 (11)		60m, 600m, Höjd, Tresteg*, Kula*	60m häck, Längd*
F12 (12)		60m, 600m, Höjd, Tresteg*, Kula*	60m häck, Längd*
F11 (13-14)		60m, 600m, Höjd	Längd*, Kula*
F9 (15-)			60m, Längd*, Kula*

* I klasserna F/P-13, F/P-12, F/P-11 och F/P-9 avgörs längd- och trestegstävlingarna med zon istället för planka.

* För 13 år och yngre gäller fyra försök för samtliga deltagare i längd, tresteg och kula.

* För 13 år och yngre är det seedade direkfinaler i samtliga löpgrenar.



Foto: Deca Text&Bild

ANMÄLAN	Anmälan görs på easyrecord.se senast den 21 januari. Ange års- och personbästa i <i>LÖPGRENAR</i> för korrekt seedning! Vi begränsar deltagarantalet i samtliga grenar och råder er därför att göra anmälan tidigt.
ANMÄLNINGSavgift	150 kr/gren för M/K 120 kr/gren för P19, F/P17, F/P15, F/P13, F/P12 100 kr/gren för F/P11, F/P9 Anmälningsavgiften faktureras till föreningen i efterhand.
EFTERANMÄLAN	Efteranmälan kan göras i mån av plats, online på easyrecord.se fram till avprickningstidens utgång mot dubbla avgiften; 200, 240 resp. 300 kr/gren.
PRISER	Priser delas endast ut i klasserna F/P12, F/P13, F/P15, F/P17. Pris delas då ut till de tre främsta i varje gren direkt efter avslutad gren. I klasserna F/P9 och F/P11 finns individuella resultatkort att hämtas på easyrecord.se .
TIDSPROGRAM/PM	Tidsprogram kommer publiceras den 23 januari på uiffriidrott.se , samt easyrecord.se . PM finns att läsa på uiffriidrott.se , samt easyrecord.se .
MAT	IFU Arenas restaurang och kiosk har öppet under tävlingsdagarna. Där kommer det finnas möjlighet att köpa mat, fika och mellanmål.
INFORMATION	För ytterligare information kontakta Upsala IF Friidrotts sportkontor på linus@uiffriidrott.se .
LOGIFÖRSLAG	Vi rekommenderar Arenahotellet (www.arenahotellet.se) som ligger 150m från IFU Arena. För ett förmånligt pris, ange kod " Mondo Indoor Games ".
TA DIG HIT	IFU Arena ligger på Råbyvägen 77 (Gränby Sportfält). Avfart 188 från E4.