



SVENSKA MÅNGKAMPSFÖRBUNDET

Swedish Multisports federation
Modern Femkamp

K1 SoIF har härmed nöjet att inbjuda till

Stockholm GP 4 i Modern femkamp den 11 augusti 2019

Var: Simning vid Eriksdalsbadet, Hammarby Slussväg 20, T-banestation Skanstull.
Fäktning DIF:s fäktsal Ropstens tunnelbana uppgång Hjorthagen. För bilburna T-banenedgång vid hörnet Artemisgatan / Nimrodsgatan.
Laser-Run Björkuddsvägen 14, Saltsjö-Boo, Nacka.

Klasser:

TÄVLINGSKLASSER 2019				
Ålder	Födelseår	Klass	Simlängd	Laser-Run
11-12 år	2007-2008	U13	50	3x400
13-14 år	2005-2006	U15	100	4x400
15-16 år	2003-2004	U17	200	3x800
17-18 år	2001-2002	U19	200	4x800
19-21	1998-2000	Juniorer	200	4x800
22-39	1997-1980	Seniorer	200	4x800
40 & äldre	1979	Masters	100	3x400

Program: 08:00 Samling, upprop och genomgång vid Eriksdalsbadets huvudentré vid cafeterian.
08:30 Insim
09:00 Simtävling
10.30 Start fäkttävling
14:00 Avfärd Björkudden
15:30 Uppvärmning Laser-Run heat 1
17:30 Prisutdelning och mingel.
18:30 Egen medhavd middag – grillen kommer stå på. De som är anmälda till sommarlägret som börjar dagen efter sover över.

Regler: Regelverk antaget av UIPM:s nya regelverk för 2018 med vissa undantag i de yngre ungdomsklasserna och masters.

Transporter: Klubbarna ansvarar själva.

Anmälan: **Senast 26 juli** 2019 till kari.rasmuson@gmail.com

Startavgift: **200 kr** startavgift, betalas in i samband med anmälan till:
K1 Modern femkamp **Plusgiro 4372864-1**. Anmäl genom e-post med följande uppgifter: GP4, namn, klubb, födelseår, tävlingsklass, simtid för respektive tävlingsklass (50, 100 samt 200 m).

VÄLKOMNA!! Kontaktperson vid ev frågor
Kari Rasmuson 0708 639 341 kari.rasmuson@gmail.com