

Terräng DM 2023

Lördagen den 29 april

Högby IF hälsar alla löpare välkomna till Ekerum Resort Öland och
2023-års Östsvenska mästerskap i terränglöpning!

Klasser och starttider DM-klasser: (samtliga klasser utom M/K är åldersbundna)

**Start 12:00,
2 000 m**

Klass	Född år
P/F 12	2011
P/F 13	2010

**Start 12:30,
4 000 m**

Klass	Född år
P14	2009
P15	2008
P17	2006-2007
M	Alla
M35-M55	1964-1988

**Start 13:15,
4 000 m**

Klass	Född år
F14	2009
F15	2008
F17	2006-2007
K	Alla
K35-K80	1988 o tidigare
M60-M80	1963 o tidigare

Alla löpare som springer 4 000 m räknas som att de springer i seniorklass samt eventuellt egen åldersklass.

För deltagande i DM krävs medlemskap i förening ansluten till Östsvenska Friidrottsförbundet. Lagtävling för 3-mannalag i M/K, P/F16-17, P/F14-15 och P/F12-13. I M/K Veteraner skall minst en löpare vara 40 år och minst en 50 år.

Anmälan: friidrott@hogbyif.se senast söndagen den 22 april. Ange: Namn, årtal, klass och förening

Anmälningavgift: 18 år och äldre, 110 kronor, 15-17 år, 80 kr, 12-14 år, 60 kr.
Anmälningavgiften sätts in på HÖGBY IF:s bankgiro 5695-9653 i samband med anmälan.

Nummerlappar/efteranmälan: Vid start- o målområdet från kl.10.30.
Efteranmälan mot dubbel avgift senast 1 timme innan start.

Tävlingsområde: Ekerum Resort, Öland. Från Kalmar, följ 136:an norrut, 28 km.

Banan: Gräsunderlag

Tävlingsdräkt och skor: Enligt Svenska Friidrottsförbundet.

Omklädning och dusch: Ekerum Resort Öland.

Prisutdelning: Prisutdelning ca 30 min efter respektive grens slut individuellt och lag.

Boende och mat: För övernattnig i samband med Terräng-DM rekommenderar vi Ekerum Resort.
Ekerum Resort Öland tel. 0485-80 000

Upplysningar: Calle Nilsson 070-444 31 02, friidrott@hogbyif.se



VÄLKOMMEN HÄLSAR HÖGBY IF!

