

Västerås Friidrottsklubb bjuder in till



# LAG-SM FRIIDROTT

**KVAL**

## AROSVALLEN 11 MAJ 2024

### Kvalificerade föreningar:

#### Kvinnor:

Hammarby IF, Högby IF, IFK  
Lidingö, Täby IS, Västerås FK och  
IFK Växjö

#### Män:

IF Göta Karlstad, Hammarby IF,  
Linköpings GIF, Täby IS, Västerås  
FK och IFK Växjö

### Grenprogram:

100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 5000m\*, 3000m hinder\*, 100/110m  
häck, 400m häck, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut,  
4x100m

*\* Deltagare i 5000m och 3000m hinder måste fylla minst 17 år under  
kalenderåret.*

### Slägga/Diskus:

Primärt kommer slägga och diskus avgöras på Arosvallen. Det finns dock en  
chans att båda dessa eller enbart slägga flyttas till Apalby kastplan ca 2 km  
från Arosvallen. Mer info kommer i PM.

### Anmälan:

Görs i [Webathletics](#) senast 5 maj. Startavgift fakturerar SFIF

### Starttid:

Preliminär starttid är 12.00. Teknisk möte prel. 11.00. Invägning av egna  
redskap senast 60 min innan grenstart.

### **Behörighet:**

För aktiva som vill representera sin nya klubb i Lag-SM efter föreningsbyte gäller att övergången måste vara klar senast den 15 maj. Kontrollera listan med [karensövergångar](#) vid osäkerhet:

Utländska medborgare kan delta i Lag-SM, förutsatt att de har giltiga tävlingstillstånd för alla typer av tävlingar inklusive SM. Ansökningar om tävlingstillstånd [hanna.strindhag@friidrott.se](mailto:hanna.strindhag@friidrott.se).

### **Boendetips:**

- [Rocklunda Stugby](#) ca 2 km från Arosvallen. Rabattkod: **rs-VFK**

### **Lunch:**

Det finns en kiosk på arenan där det serveras lättare måltid som pastasallad och korv med bröd. Pizzeria finns ca 200m från arenan. Ca 800m från arenan till centrum.

### **Frågor:**

Tävlingsledare Henrik Astfors: [henrik@vasterasfriidrott.se](mailto:henrik@vasterasfriidrott.se)

SFIF Daniel Bergin: [daniel.bergin@friidrott.se](mailto:daniel.bergin@friidrott.se)

VÄLKOMNA!

