



***NM vinterkast veteran
Lyngdal stadion lørdag 2. mars 2019***

Lyngdal IL-FRIIDRETT og Norsk Friidrett veteran inviterer til NM vinterkast på Lyngdal stadion lørdag 2. mars 2019.
Stevnestart kl 10.00

Øvelser: Slegge, diskos og vektkast.

Startkontingent: kr 190 per øvelse overføres til konto 3085.30.16922 sammen med påmeldingen.

Påmeldingsfrist: 25. februar via min idrett.

Gjennomføringen av mesterskapet vil bli slik at alle får fire konkurransekast. De ulike klassene vil bli delt inn i grupper, f.eks m 35 – 49 kjører alle sine tre øvelser fortløpende før neste aldersgruppe starter. Maks antall personer i gruppene blir ti-tolv utøvere. Starttidspunkt og deltakere i de enkelte gruppene vil bli lagt ut på Norsk Friidrett veteraners facebook side.

For informasjon: Torrey Enoksen, torrey@online.no mobil 90823330

Overnatting: Anbefaler Rosfjord strandhotell som ligger ca 2 km fra Lyngdal stadion.