



Till  
Berörda ledare och  
Dala-lagens representanter

### Grattis till uttagningen till DALA-laget!

**Söndagen den 12 september** arrangeras **17-årscupen** åter på **Rosvalla IP i Nyköping**.

Vi hoppas att **Du som ansvarig ledare** informerar dina ungdomar om att de är uttagna att representera Dalarna.. **Vid ett ev. återbud vill få ett besked från Dig som ledare senast onsdagen den 8 september.**

Distriktscupen består av **två** lagtävlingar mellan regionens åtta distriktslag; en tävling för pojkar upp till 17 år och en tävling för flickor upp till 17 år.

Pga. skador och förhinder kan vi i år tyvärr inte delta med ett pojklag så våra duktiga flickor får själva försvara distriktets färger.

Varje distrikt representeras av en aktiv per gren, och varje deltagare får delta i två individuella grenar samt att ingå i stafettlaget.

Verkar något oklart så ring huvudledaren Björn Lindgren, Falu IK, **tfn. 023-288 10**. Även e-post kan användas: [bs.lindgren@telia.com](mailto:bs.lindgren@telia.com)

Det kan ev. finnas utrymme för fler vuxna i bussen så om någon är intresserad hör av er till Björn,

**Bussen** hämtar upp Dig i **Falun kl. 07.00**, **Tisken parkeringen** som ligger strax bortom (söderut) Folkets hus eller i **Borlänge kl. 07.25 (OK Bygatan)**. Det betyder att Du bör vara på plats i god tid eftersom tidsschemat "tajt".

Vi måste vara i Nyköping kl. 11.00 för ledarmötet.

**Tävlingarna startar kl. 12.00** och beräknas vara **avslutade ca. 16.45**

Du tävlar i din klubbdress men hela laget får **låna** en lagtröja av Dalarna friidrottsförbund.

Slutligen vill jag önska Dig lycka till med dina förberedelser och jag hoppas att Du och dina lagkamrater kan ge de övriga lagen en rejäl fight under dagen.

**PS. Kom ihåg att ta med dig "mat och dryck". DS.**

Välkomna till en spännande tävlingsdag

Kenth Carlsson, ordförande  
Ungdomskommittén

Dalarnas friidrottsförbund

Bilagor  
DALA-LAGEN  
Inbjudan + tidsschema

# DALALAGET - flickor.(prel.)

DISTRIKTSCUPEN 17 ÅR, söndagen den 12 september, Nyköping.

12.00	<b>1500m h. Stav Diskus</b>	Linda Johansson - IFK Mora Hanna Hirvelä - Kvarnsveden Karin Kristoffersson - IK Heros
12.15		
12.25		
12.30	<b>Höjd</b>	Lisa Ek, Leksand FIK
12.45		
12.55	<b>100m</b>	Hanna Hirvelä - Kvarnsveden
13.00	<b>Kula</b>	Emelie Andersson, Säter IF
13.15	<b>Tresteg</b>	Anna Ståhlberg, Kvarnsveden
13.25	<b>300mh</b>	Patrice Jansson, Kvarnsveden
13.40		
13.50	<b>200m</b>	Desirée Edén, Kvarnsveden
14.00	<b>Slägga</b>	Karin Kristoffersson, IK Heros
14.05		
14.15	<b>800m</b>	Lisa Forsberg, Falu IK
14.25		
14.30		
14.40	<b>100mh</b>	Lisa Ek, Leksand FIK
14.55		
15.00		
15.10	<b>400m Spjut</b>	Malin Bontron, Falu IK Marina Eriksson, Djurmo-Sifferbo IF
15.20	<b>Längd</b>	Anna Ståhlberg, Kvarnsveden
15.30	<b>3000m</b>	Therese Sjöström, Falu IK
15.45		
15.55		
16.15		
16.35	<b>Stafett 1000m</b>	
	<b>100m</b>	Hanna Hirvelä - Kvarnsveden
	<b>200m</b>	Patrice Jansson, Kvarnsveden FIK
	<b>300m</b>	Desirée Edén, Kvarnsveden FIK
	<b>400m</b>	Lisa Forsberg, Falu IK

## **DISTRIKTSCUPEN 17 ÅR**

Nyköpings BIS inbjuder till Svealandsregionens distriktscup 17 år och yngre (födda 1986 och senare). Varje distrikt deltar med flick- och pojklag.

Dag: Söndagen den 12 september med första start kl. 12.00 (se bifogat gren-/tidsprogram).  
Plats: Rosvalla IP, Nyköping

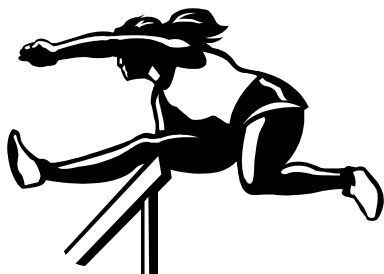
Varje deltagande distrikt ställer upp med en (1) deltagare/gren. Varje deltagare får vara med i två (2) grenar samt stafett.

**Poängberäkning:** Med utgångspunkt från antalet deltagande distrikt, exempelvis 8-7-6-5-4 3-2-1 då åtta (8) lag deltar. Vid lika poängsumma avgör antalet grensegrar. Är även detta lika avgör antalet andraplaceringar osv.

**Priser:** Bästa distrikt i vardera flickor och pojkar erhåller regionens lagpris. Individuellt i varje gren erhåller de tre bästa priser.

VARMT VÄLKOMNA !!!

NBIS Friidrott



## PRELIMINÄRT TIDSPROGRAM DISTRIKTSCUPEN 12/9

	<u>Pojkar 17</u>	<u>Flickor 17</u>
12.00	Kula	1500mh,Stav, Diskus
12.15	Tresteg	
12.25	2000mh	
12.30		Höjd
12.45	100m	
12.55		100m
13.00	Diskus	Kula
13.15	300mh	Tresteg
13.25	300mh	
13.40	200m	
13.50	Stav	200m
14.00	Höjd, Spjut	Slägga
14.05	800m	
14.15	Längd	800m
14.40		100mh
14.55	110mh	
15.10	Slägga	400m, Spjut
15.20	400m	Längd
15.30		3000m
15.55	3000m	
16.25		Stafett 1000m
16.35	Stafett 1000m	