

På uppdrag av Svenska Friidrottsförbundet bjuder Ljungby FIK in till

Ljungby Mångkamp i år med JSM och USM i Mångkamp 17 – 18 maj 2025

| Klass | Prel. start | Grenar lördag | Prel. start | Grenar söndag |
|---------------------------------|-------------|------------------------------------|-------------|---------------------------------------|
| Tiokamp M, M22 (JSM), P19 (JSM) | 12.30 | 100m, längd, kula, höjd, 400m | 10.00 | 110m häck, diskus, stav, spjut, 1500m |
| Sjukamp K, K22 (JSM), F19 (JSM) | 11.00 | 100m häck, höjd, kula, 200m | 11.30 | längd, spjut, 800m |
| Tiokamp P17 (USM), P16 (USM) | 12.00 | 100m, längd, kula, höjd, 400m | 09.30 | 110m häck, diskus, stav, spjut, 1500m |
| Sjukamp F17 (USM), F16 (USM) | 10.50 | 100m häck, höjd, kula, 200m | 09.00 | längd, spjut, 800m |
| Åttakamp P15 (USM), P14 | 10.30 | 80m häck, diskus, stav, spjut | 12.00 | längd, kula, höjd, 1000m |
| Sexkamp F15 (USM), F14 | 10.10 | 80m häck, höjd, kula | 09.10 | längd, spjut, 600m |
| Femkamp P13, F13 | 09.50 | 60m häck, längd, spjut, höjd, 600m | | |
| Femkamp P11, F11 | | | 10.30 | 60m, höjd, kula, längd, 600m |

- Anmälan via EasyRecord ⇨ www.easyrecord.se
- Anmälningsavgiften är 600 kr för Seniorsklasserna + JSM (19+22år) och USM (15-17år). Gäller per deltagare.
Anmälningsavgiften är 400 kr för övriga klasser (P/F14,13 och 11år)
Anmälningen är bindande och faktureras klubben i efterhand.
- Sista anmälningsdag är den 7 maj kl 23.59. Därefter gäller efteranmälan till en kostnad på 800kr fram till kl 23.59 den 16 maj.
- Ljungby mångkamp är öppen för utländska deltagare, men för att vara behörig att tävla om placeringar i SM-klasserna krävs att man representerar en förening som är medlem i Svenska Friidrottsförbundet och att man antingen är svensk medborgare eller utländsk medborgare med giltigt tävlingstillstånd för SM-tävlingar.
- SM-klasserna är åldersbundna:
 - M/K22: födda 2003–05
 - P/F19: födda 2006–07
 - P/F17: födda 2008
 - P/F16: födda 2009
 - P/F15: födda 2010

- PM & tidsprogram, övrig information såsom boende mm. kommer publiceras på <http://www.friidrott.se/arrangemang>
- Lunch bokas i samband med anmälan till paer-ola.johansson@knapp.com el. 070-378 54 36 115kr/portion. "Drop-in" pris 129kr. Vid fler än 10 st bokade luncher kan vi fakturera klubben, annars betalning på plats. MENY: Spagetti med köttfärssås, Korv stroganoff med ris, Köttfärslimpa med sås & potatis + stor salladsbuffé, bröd, vatten, kaffe
- Ljungby FIK, tavling@ljungbyfriidrott.com Tävlingsledare Mia Jansson 070-566 35 06

Boendeförslag:

Hotell Terraza

bokas på info@terrazza.com eller 0372-135 60 (inte via Booking eller liknande)

Uppge "Ljungbyfriidrott" vid bokning.

Hotell Garvaren

Bokas på www.hotellgarvaren.se eller 0372-480 84 (inte via Booking eller liknande)

Uppge "Ljungby FIK" vid bokning.

En hälsning från Ljungby kommun:

Vi hälsar dig välkommen till ljuvliga Ljungby och vi passar på att önska dig som tävlar lycka till. För dig som vill och har möjlighet att uppleva mer av vår kommun, kika gärna in på www.visitljungby.se Där hittar du fler evenemang att ta del av, upplevelser, information om matställen och ställen att övernatta på. Ljungby erbjuder härliga lekplatser, magiskt landskap med mytiska berättelser, shopping och kultur. Har du frågor om Ljungby så hör gärna av dig till oss.

Lokala samarbetspartners



**Gustav R.
Johansson**



LJUNGBY
KOMMUN



Det lilla hotellet i det stora huset