



# SVENSKA MÅNGKAMPSFÖRBUNDET

Swedish Multisports federation  
**Modern Femkamp**

**K1 SoIF har härmed nöjet att inbjuda till**

## **Stockholm GP 4 i Modern femkamp den 11 augusti 2019**

**Var:** Simning vid Eriksdalsbadet, Hammarby Slussväg 20, T-banestation Skanstull.  
Fäktning DIF:s fäktsal Ropstens tunnelbana uppgång Hjorthagen. För bilburna T-banenedgång vid hörnet Artemisgatan / Nimrodsgatan.  
Laser-Run Björkuddsvägen 14, Saltsjö-Boo, Nacka.

**Klasser:**

<b>TÄVLINGSKLASSER 2019</b>				
<b>Ålder</b>	<b>Födelseår</b>	<b>Klass</b>	<b>Simlängd</b>	<b>Laser-Run</b>
11-12 år	2007-2008	U13	50	3x400
13-14 år	2005-2006	U15	100	4x400
15-16 år	2003-2004	U17	200	3x800
17-18 år	2001-2002	U19	200	4x800
19-21	1998-2000	Juniorer	200	4x800
22-39	1997-1980	Seniorer	200	4x800
40 & äldre	1979	Masters	100	3x400

**Program:** 08:00 Samling, upprop och genomgång vid Eriksdalsbadets huvudentré vid cafeterian.  
08:30 Insim  
09:00 Simtävling  
10.30 Start fäkttävling  
14:00 Avfärd Björkudden  
15:30 Uppvärmning Laser-Run heat 1  
17:30 Prisutdelning och mingel.  
18:30 Egen medhavd middag – grillen kommer stå på. De som är anmälda till sommarlägret som börjar dagen efter sover över.

**Regler:** Regelverk antaget av UIPM:s nya regelverk för 2018 med vissa undantag i de yngre ungdomsklasserna och masters.

**Transporter:** Klubbarna ansvarar själva.

**Anmälan:** **Senast 26 juli** 2019 till [kari.rasmuson@gmail.com](mailto:kari.rasmuson@gmail.com)

**Startavgift:** **200 kr** startavgift, betalas in i samband med anmälan till:  
K1 Modern femkamp **Plusgiro 4372864-1**. Anmäl genom e-post med följande uppgifter: GP4, namn, klubb, födelseår, tävlingsklass, simtid för respektive tävlingsklass (50, 100 samt 200 m).

**VÄLKOMNA!!** Kontaktperson vid ev frågor  
Kari Rasmuson 0708 639 341 [kari.rasmuson@gmail.com](mailto:kari.rasmuson@gmail.com)