



Majornas idrottsklubb

Tränare: Lars Wingfors

2011/02/11

Friidrottssektionen

<http://www.majornasik.se>

Samtliga träningar inleds med en stunds utomhuslöpning, så tag med skor både för utomhus- och inomhusbruk. Glöm inte att anmäla till tävlingarna. Mer information om tävlingarna finns längst ned.

- Till söndagen 9 januari skall ni ta med pengar före enjoyguiden 395 kr om ni lyckats sälja. Annars tar ni med enjoyguiden. Det skall redovisas snarast.

- Ni skall också till söndagen 9 januari ta med er 250 kr till Lars eller Torbjörn för att betala ert träningskort om ni inte redan gjort det till MIK:s plusgiro 840711-6. Ni SKALL INTE betala till vaktmästaren.

Dag	Datum/Månad	Tid	Plats/vad?
	Januari		
Söndag	9	15-17	Friidrottens Hus
Onsdag	12	Senaste anmälningdag till UDM!	Info om tävlingen här: http://gfif.se/NR/exeres/1D33406B-DD65-46EF-B4DD-4AB15598E019.htm Anmäl er här: http://www.trackandfield.se/anmal.aspx?klubbID=0&compID=26
Torsdag	13	18,30-20	Friidrottens hus
Lördag	15	Se tider för respektive gren. Tänk på att vara i god tid innan för uppvärmning och avprickning	http://gfif.se/NR/exeres/1D33406B-DD65-46EF-B4DD-4AB15598E019.htm
Söndag	16	15,30-17	Friidrottens hus
Torsdag	20	18,30-20	Friidrottens hus
Fredag	21	Anmälan senast till Göteborg inomhus	http://www.gfif.se/gfif/sv/
Söndag	23	15-17	Friidrottens hus
Torsdag	27	18,30-20	Friidrottens hus
Söndag	3	15-17	Friidrottens hus
	Februari		
Torsdag	3	18,30	Friidrottens hus
Fredag	4	Anmälan till UDM dag 2	http://www.trackandfield.se/anmal.aspx?klubbID=0&compID=28 http://www.gfif.se/NR/exeres/1D33406B-DD65-46EF-B4DD-4AB15598E019.htm



Majornas idrottsklubb

Tränare: Lars Wingfors

2011/02/11

Friidrottssektionen

<http://www.majornasik.se>

Lördag	5	Se tidsprogram för Göteborg inomhus http://www.gfif.se/gfif/sv/	Friidrottens hus
Söndag	6	Se tidsprogram Göteborg inomhus http://www.gfif.se/gfif/sv/	Friidrottens hus
Torsdag	10	18,30-20	Friidrottens hus
Söndag	13	UDM Se tidsprogram	http://www.gfif.se/NR/exeres/1D33406B-DD65-46EF-B4DD-4AB15598E019.htm
Torsdag	17	18,30-20	Friidrottens hus
Söndag	20	15-17	Friidrottens hus
Torsdag	24	18,30-20	Friidrottens hus

Väl mött
Majornas IK
Lars och Torbjörn