

Miesten ja naisten vapaapainin SM-kilpailut

AIKA	29. – 30.1.2010
Paikka	Töölön Kisahalli, Paavo Nurmen kuja 1, Helsinki
SARJAT	Miehet: 55, 60, 66, 74, 84, 96 ja 120 kg Naiset: 48, 55, 63 ja 72 kg
PUNNITUS	Kisahallin saunatiloissa pe 29.1.2010 klo 18.30 - 19.30
SAUNA	Kisahallin saunatilat käytettävissä pe 29.1.2009 klo 16.30 - 19.30
KILPAILUT	La 30.1.2010 klo 9.00 ja 17.00
SÄÄNNÖT	FILA:n säännöt + pronssiottelu painitaan
ILMOITTAUTUMISET	22.1.2010 mennessä hannu.helsingin.painimiehet@kolumbus.fi Ilmoittautumisen yhteydessä mainittava seura ja sarja. Jos mahdollista laittakaa rintakuva painijoista ilmoittautumisen yhteydessä. Se nopeuttaa joukkueenne akkreditointia. Jälki-ilmoittautumisia otetaan vastaan 28.1.2010 klo 18.30
OSANOTTOMAKSU	20 euroa / painija / huoltaja (tilille 22.1.2010 mennessä) Yhden huoltajamaksun saa maksaa 5 painijaa kohden. Muut maksavat pääsylipun. Jälki-ilmoittautumismaksu 100 euroa / painija, maksu paikanpäällä
MAKSUT	Tilille Helsingin Paini-Miehet ry, 200321-2525 (22.1.2010 mennessä) Sen jälkeen paikanpäällä 100.- / painija
RUOKAILU	Ruokailusta tulee ohjeet kisasivuille.
MAJOITUS:	Majoituksesta tulee kisatarjoukset kisasivuille
SM – WEB –sivut	http://hpm.pp.fi/SM2010.htm
TIEDUSTELUT	Hannu Rantala, 050 326 3569

TERVETULOA Helsinkiin !!!

