

Motionspokalen 2024

Föreningen Ladies Cup - Gubbpokalen

Hemsida/E-post www.motionspokalen.com motionspokalen@hotmail.com

Postgiro 83 62 76-6

Årsavgift 400

Passiv medlem 100 kr

Org. nummer 802445-0234

Ordförande Ove Gustafsson

ove61@hotmail.com

Huvudledare Annica Sandström

sandstrom.annica@telia.com

Kassör Lena Larsson

lana.larsson.123@gmail.com

Klasser Damer 35, 50, 65, 80 Herrar 35, 50, 65, 80 Deltagare som senast vid första start anmäler sig till en yngre grupp än enligt födelseår har rätt att tävla i den yngre gruppen. Byte under pågående tävlingsår tillåts inte.

Poängligan Ny poängtabell för 2024!

Alla grentävlingar genererar poäng.

Deltagare med flest poäng efter sista deltävling står som slutsegrare.

1:a 100p

4:a 55p

7:a 25p

10:a 10p

2:a 85p

5:a 45p

8:a 20p

11:e eller mer 5p

3:a 70p

6:a 35p

9:a 15p

Gren:	Datum:	Plats:	Ledare:	Kontaktuppgifter
Skridskor endast 35-65+ klasserna	onsdag 31 januari	Östermalms IP	Lars Lindström Johan Zethrin	lars.lindstrom123@gmail.com 070-491 42 80 johan@nysatra.com 073-939 38 28
Skidor	söndag 4 februari alternativdagar 10/2 11/2 eller senare	Golfbanan/Stockby	Mats Frykhammar	mats.frykhammar@gmail.com 070-623 49 12
Simning	söndag 17 mars alternativdag 10 mars	Gångsätra simhall	Daniel Hanngren	daniel.hanngren@hotmail.com 070- 338 61 33
Bowling	onsdag 17 april alternativdag 10 april	Sollentuna bowlinghall Stubbhagsv. 2 Sollentuna tel: 08-96 46 46	Gerda Woxén	gerda.woxen@gmail.com 070-549 02 77
Skytte	måndag 20 maj eller tisdag 21 maj	Furutorps skjutbana	Eva Hörwing Kerstin Lindström Tore Bjurvén	eva.horwing@horsmolla.se 070-712 36 21 kerstin.lindstrom123@gmail.com 070-190 05 54 070-525 64 44
Terräng	torsdag 30 maj alternativdag 27/5	Stockby motionsgård	Hans Lundström Erik Lundström	hanslundstrom@live.com 079-333 84 96 070-356 17 13
Varpa	tisdag 20 augusti eller onsdag 21 augusti	Grönsta gårde	Fredrik Björkstedt	f.bjorkstedt@gmail.com 070-738 54 72
Kulstötning	tisdag 3 september eller onsdag 4 september	Lidingövallen	Ingvar Lindqvist Arne Landström P-O Zethrin	ingvar.lindqvist@telia.com 070-482 36 30 076-891 96 55 073-939 38 28

Orientering	lördag 21 september	samling enligt kallelse	Johan Zethrin	johan@nysatra.com 073-939 38 28
			Lasse Dahlstedt	070-837 07 31
Bordtennis	lördag 5 oktober Damer	Hersbyhallen nedre hallen	Rolf Söderbäck	roso02@hotmail.com 070-773 63 66
			Björn Pellbäck	073-337 86 73
	söndag 6 oktober Herrar		Martin Engelbrecht	070-592 79 33
			Eva Forsbom	eva@abc.se 070-647 78 60
Badminton	lördag 9 november Herrar	Käppala skola	Kerstin Westling	070-667 80 67
			Inger Landström	076-891 95 88
	söndag 10 november Damer		Gerda Woxén	gerda.woxen@gmail.com 070-549 02 77
			Margareta Aspén	070-595 41 70
			Ove Gustavfson	ove61@hotmail.com 076-217 47 36
			John Elliot	070-483 32 36
Årsmöte/ Prisutdelning	lördag 23 november	Stadsbiblioteket	Ove Gustavsson	ove61@hotmail.com 076-217 47 36

