

Östergötlands Friidrottsförbund

inbjuder till 2015 års DM-cup

- Tävlingarna som ingår under 2015 är:
DM 5000 m den 13/5 i Linköping
DM 1500 m den 15/6 eller 16/6 i Norrköping
DM 3000 m hinder den 24/6 i Linköping
DM 10 000 m den 17/9 i Linköping
- En klass för herrar och en för damer
- Den som har tjänat in flest poäng under de fyra deltävlingarna vinner, men man måste delta i minst tre deltävlingar för att kunna vinna.
- Priser till de tre första i herr- respektive damklass.
- Poängberäkning enligt följande: 1:a 25 p, 2:a 20 p, 3:a 17 p, 4:a 14 p, 5:a 12 p, 6:a 10 p, 7:a 9 p, 8:a 8 p, 9:a 7 p, 10:a 6 p, 11:a 5 p, 12:a 4 p, 13:e 3 p, 14:e 2 p, 15:e 1 p
- Om två personer kommer på samma poäng så vinner den med flest segrar. Har man samma antal segrar så gäller antal andraplatser och så vidare.