



TÄVLINGS-PM

Tävlingsstart

Lördag 13 februari 2010 kl. 10:50.

Avprickning

Avprickning i samtliga löpgrenar 60 minuter för respektive grens start. Avprickningen sker på listor uppsatta på anslagstavlan nedanför sekretariatet.

Nummerlappar

Delas ut i tävlingskansliet nedanför sekretariatet. Nummerlappen ska bäras väl synlig på bröstet och får ej ”vikas in”. I stav får nummerlappen bäras på ryggen.

Utländska klubbar hämtar ut alla nummerlappar och betalar kontant på plats.

Efteranmälan

Tas emot i mån av plats mot dubbel avgift under tävlingsdagarna. Efteranmälan sker i tävlingskansliet nedanför sekretariatet.

Invägning

Invägning av egna redskap sker i tävlingskansliet nedanför sekretariatet.

Upprop

I samtliga grenar 15 minuter före start. Uppropet sker vid startplatsen.

Löpningar

Löpningar från 200 m och uppåt sker i seedade heat. 60 m och 60 m häck genomförs med försök och final. Endast tider gäller som kvalificering till final. Om det efter avprickning visar sig att försöksomgång ej behövs avgörs finalen på försökstid. På finaltiden kommer istället ett extralopp att avgöras.

Specialregler A-pooler längd/tresteg

Eftersom det är uppföljning i längd och tresteg under helgen så kommer alla hoppare i A-poolerna få fyra försök var. Därefter kommer de åtta bästa efter fyra omgångar få ytterligare två hopp. Detta gäller endast de A-poolerna.

I B-pooler i längd, och tresteg samt tävlingarna i kula och vikt har samtliga deltagare tre försök. Därefter får de åtta bästa ytterligare tre hopp/kast.

Tresteg

Ange vid uppropet vilken planka du vill hoppa från: 8 eller 10 m för kvinnor och 10 eller 13 m för män.

Hopphöjder

Män Höjd: 1.77 - 1.83 - 1.88 - 1.93 - 1.97 - 2.01 - 2.05 - 2.09 - 2.12 - 2.15 - 2.18 - 2.21 - 2.23 + 2 cm

Kvinnor Höjd: 1.55 - 1.60 - 1.65 - 1.69 - 1.73 - 1.77 - 1.80 - 1.83 - 1.86 - 1.89 - 1.92 - 1.94 + 2 cm

Män Stav: 385 - 405 - 425 - 440 - 455 - 470 - 485 - 495 - 505 - 515 - 520 + 5cm

Kvinnor Stav: 289 - 309 - 329 - 344 - 359 - 374 - 384 - 394 - 404 - 414 - 424 - 429 + 5cm

Resultat

Kommer att sättas upp på resultattavlor under sekretariatet.

Sjukvård

Finns på innerplan vid målet.

Omklädning

Sker på Slottsskogsvallen.

Entré publik

Fritt inträde!

Information

Per Skoog, per@saik.nu, 0738-138080