



## TÄVLINGS-PM

### **Tävlingsstart**

Lördag 12 februari 2011 kl. 10.40.

### **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 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.

### **Hopp och kast**

I längd, tresteg, kula och vikt har samtliga deltagare tre försök. Därefter får de åtta bästa ytterligare tre hopp/kast.

### **Tresteg**

Ange vid uppropet vilken plank du vill hoppa från: 10 m eller 13 m för män. För kvinnor används endast 10 m.

### **Hopphöjder**

Män Höjd: 1.75 – 1.80 – 1.85 – 1.90 – 1.94 – 1.97 – 2.00 – 2.03 – 2.06 - 2.08 + 2 cm

Kvinnor Höjd A-pool: 1.51 – 1.55 – 1.59 – 1.63 – 1.66 - 1.68 + 2 cm

Män Stav A-pool: 382 – 402 – 422 – 437 – 452 – 462 – 472 – 482 – 492 – 502 - 507 + 5cm

Kvinnor Stav: 288 – 308 – 328 – 343 – 358 – 373 – 383 – 393 – 403 – 413 - 418 + 5cm

### **Uppvärmning**

Sker i närliggande Slottsskogshallen.

### **Resultat**

Kommer att sättas upp på resultattavlor under sekretariatet.

### **Sjukvård**

Finns efter målet.

### **Omklädning**

Sker på Slottsskogsvallen.

### **Information**

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