



Klubbtävling lördag 11 december

Tänk på att komma i god tid så ni är uppvärmda och klara tills dess att tävlingen startar 10.00, då det är många tävlande som ska samsas på lite yta.

60m

Alla springer ett försökslopp och därefter får alla springa ett finallopp, som seedas efter tiderna i försöksloppet.

Höjd

Höjdhoppet kommer ske på två olika mattor, en lite mindre för de yngre och på den stora mattan för de äldre.

Höjningsschema:

F/P9-11: 70-73-76 + 3cm

F/P13-15: 94-97-100 + 3cm

M/K: 118-121-124 + 3cm

60m häck

Precis som på 60m slätt får alla springa både försök och final. 9- och 11-åringarna kommer få möjlighet att välja mellan olika häckhöjder, avstånden är: 10m till första häcken och 10m mellan varje häck, totalt 5 häckar. 13-åringarna får välja mellan de vanliga tävlingsavstånden eller samma förutsättningar som 11-åringarna.

Avprickning och upprop

Senast 30 minuter före start måste avprickning vara gjord och den görs online via EasyRecord. Upprop 10 minuter före start sker vid respektive gren.

Funktionärer

Vi vuxna hjälps åt med de olika funktionärsuppgifterna. Ju fler vi är desto lättare går det!

Frågor? Kontakta therese.molin@ifkhalmstad.se