



PM

Första Chansen

16-17 nov 2019



Tidsprogram:

Se sep. dokument

Instruktionerna för de olika åldersklasserna

FP8-11 2012-2009	Ingen avprickning: Upprop 15 min före grenstart.	FP12-13 2008-2007	Avprickning 60 min före grenstart
Löpningar	60 m: Alla får springa 2 ggr 400 m indelning i olika heat	Löpningar:	60 m: de 8 bästa i försöken till A-final. Platserna 9-16 = B-final 600/800 m: A-B-C final beroende på anmälda tider
Längd/Kula	Alla 3 försök	Länd/Kula	Alla har 4 försök
Diplom	Diplom med möjlighet att fylla i sina egna resultat	Medalj	Medalj till de 3 främsta i resp klass och gren
EFTERAN- MÄLAN:	SENAST 60 min före grenstart mot dubbel avgift	Efteranmälan	60 min före grenstart mot dubbel avgift

- Nummerlapp:** Kontrollera numret i listan i entrén. **FP12-13 skall även pricka av sig.** Hämtas vid disken innanför entrén individuellt). Fästs på bröstet. Reklamen får **inte** vikas in **OBS! Samma nummerlapp används båda dagarna, så spar den (FP12-13).**
- Omklädning:** **Storängshallen** – Huddinge. Hallen ligger i korsningen Storängsleden/Förrådsvägen 1
- Tävlingsdräkt:** Reglementsenslig tävlingsdräkt skall användas.
- Spiklängd:** **Max 5 mm**
- Uppvärmning:** Utomhus eller på långsidorna när 60 m pågår eller på 60 m banan när rundbanelopp pågår.
- Upprop:** **15 min** före grenstart vid resp startplats.
För löpning (även långlopp) samling/calling framför spjutnätet längst ned i hallen.
- Löpningfinaler:** FP 8-11 60 m springer alla 2 gånger oavsett tider. 400 m blandade heat i resp klass
FP 12-13 60 m **A-final** för de 8 bästa tiderna. Till **B-final** tiderna 9-16 i försöken.
600-800 m avgörs i A-B-C finaler, där A-finalen (det bästa) går först, enligt anmälda tider
- Hopphöjder:**
P12 90 95 100 105 110 115 118 121 124 127 130 133 135 + 2 cm
P13 100 105 110 115 120 124 128 132 136 139 142 145 148 + 2 cm
F12 85 90 95 100 105 110 115 118 121 124 127 130 132 + 2 cm
F13 100 105 110 115 118 121 124 127 130 132 134 136 138 + 2 cm
- Längd** I vissa klasser med många deltagare går tävlingen i 2 (ev 3) pooler
Poolindelning görs efter avprickningen och gemensamt upprop
- Kula** I vissa fall 2 pooler (Ring A resp B)
- OBS!** Åldersbundet dvs start i annan åldersklass får ej ske om grenen (kula oavsett vikt, långlopp oavsett längd) finns i egen klass.
- Resultat:** Anslås snarast efter avslutad gren på väggen bakom stoppväggen (målet)
- Prisutdelning:** FP12-13 Snarast efter avslutad gren med medalj till de 3 främsta.
FP 8-11 erhåller diplom där ni själva får skriva in resultaten
- Innerplan:** Får **endast** beträdas av tävlande i aktuell gren samt funktionärer.
Passage till innerplan **endast** på markerade platser.
- Parkering:** Parkering endast på **markerade** platser inom området. 20:-/dag
Annars hänvisas till närbeläget Industriområde.
- Kommunikationer:** Pendeltåg till Huddinge Station samt promenad 10 min. Bussar från T-banan 710 (Skärholmen), 744 (Högdalen). Hållplats Helgedalsvägen
- Servering:** Enklare servering finns 1 trappa upp (hiss vid behov) samt grill utanför entrén
- Försäljning:** Skor mm genom Global Sport
- Upplysningar:** Per Öhrland 070-675 87 99 per.ohrland@hotmail.com

VÄLKOMNA TILL TRIVSAMMA TÄVLINGAR I STORÄNGSHALLEN

Nummerlappssponsorer:

