



## PM Svealandstävling ÖST 13 sept 2020



### Svealandstävling ÖST

*Tävlingen kommer att genomföras med hänsyn till de regler som finns fastställda pga av Corona-pandemin. Tävlingsarna kommer att genomföras med enbart aktiva, funktionärer och en begränsad mängd tränare (coacher närvarande). Ingen ytterligare publik kommer att tillåtas*

***Så snart Ni har tävlat färdigt är vi tacksamma om ni lämnar Källbrink IP snarast så att vi inte blir för många.***

- Arena** Källbrinks IP Gamla Stockholmsvägen 91 141 32 HUDDINGE
- Tidsprogram:** Se separat dokument
- Avprickning:** Skriftlig avprickning i löpgrenarna senast 1 timme för starttiden. Nummerlappar lämnas ut distriktvis.
- Coacher:** Coach-badge erhålles tillsammans med nrlappaskuvertet. Se även nedan
- Upprop:** 20 min före grenstart på resp tävlingsplats om den är ledig. Stav 40 min
- Efteranmälan:** I mån av plats senast 1 timme före klassens första start 100 Kr som faktureras resp distrikt.
- Omklädning:** Alla omklädningsrum **är låsta**. Så kom ombytta.
- Läktarplatser:** Det finns plats på läktaren för bagage, väntan på nästa gren etc , Håll avstånd  
Högra delen mot hoppkurvan för **Stockholms aktiva**  
Vänstra delen mot måltornet för **övriga distrikt**
- Tävlingsdräkt:** Reglementsenslig tävlingsdräkt skall användas
- Uppvärmning:** UTANFÖR Arenan på elljusspåret, den asfalterade gångvägen eller dylikt. EJ på innerplan. Kastplan är ledig för uppvärmning efter ca 13.00
- Egna redskap** Lämnas in senast 1 timme före grenstart vid markerad plats i omklädningsbyggnaden. Redskapen tas ut strax innan tävlingsstart

### Hopphöjder

|           |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |        |
|-----------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|--------|
| P14 Höjd  | 117 | 122 | 127 | 131 | 135 | 139 | 143 | 146 | 149 | 152 | 155 | 158 | +3 cm  |
| FP14 Stav | 132 | 152 | 172 | 192 | 212 | 222 | 232 | 242 | 252 | 262 | 272 | 282 | +10 cm |
| F14 Höjd  | 122 | 127 | 131 | 135 | 139 | 143 | 146 | 149 | 152 | 155 | 158 | 160 | +2 cm  |

- Tresteg:** P14 plankor 9 m, F14 "Plankor" tejpade vid 7 och 9 m.
- Löpning:** Avgörs i seedade heat. 800 m med start på båge.
- Distriktstävlan:** De 2 bästa i varje distrikt och gren räknas. 10p till segraren och fallande skala.
- Prisutdelning:** Sker snarast möjligt efter avslutad gren.  
Mästerskapsmedalj utdelas till **segraren** i resp gren och klass

**Innerplan inkl banan:** **Får endast beträdas av tävlande i aktuell gren samt funktionärer.**  
Eftersom startfälten i båda klasserna är stora och maximalt 50 personer samtidigt får vistas på tävlingsområdet enligt Svensk Friidrotts Coronarestriktioner kommer vi att dela upp idrottsplatsen i flera separata tävlingsområden.  
Gränsen mellan tävlingsområdena kommer att markeras med avspärningsband  
Coacher har tillgång till områden för längd och löpning på lilla läktaren  
För stav, höjd och kast endast utanför resp räcke. Kastplan bakom markering.

**Parkering:** **Fri parkering.** Trots ev skyltar **Endast i markerade rutor. Ej parkering på vägarna. Antingen utanför KIP eller bakom Tennishallen**

**Kommunikationer:** Pendeltåg till Huddinge Station och buss 704 (Källbrinksskolan) eller 706 (Källbrinks IP Resp T-banan till Fruängen sedan Buss 704 (Källbrinksskolan)  
[www.sl.se](http://www.sl.se)

**Servering:** Ingen servering.

**Lunchlådor:** Hämtas distriktsvis i ”serveringen”

**Toaletter:** Finns 3 st under Läktaren samt ytterligare 3 bakom omklädningsbyggnaden

**Upplysningar:** Pelle Öhrland 070-675 87 99 [per.ohrland@hotmail.com](mailto:per.ohrland@hotmail.com)

**VÄLKOMNA TILL TRIVSAMMA TÄVLINGAR  
PÅ KÄLLBRINKS IP**



**Nummerlappssponsor**

