



PM VSM Kastmångkamp 18 sept 2022



Starttider Ver 2

Klass (antal anmälda)	M40-45 (3+8)	M50 (8)	M55 (8)	M60 (9)	M65 (8)	M70+ (4)	M75+ (5+1+2)
1:gren Slägga på kastplan	11.40	13.10	11.00	09.40	10.15	15.10	15.35
<i>Beräknat slut ca</i>	<i>16.00</i>	<i>17.30</i>	<i>14.45</i>	<i>13.15</i>	<i>14.00</i>	<i>19.00</i>	<i>19.30</i>
Klass (antal anmälda)	K35-40 (2+5)	K45 (5)	K50 (6+5)	K55 (8)	K60+ (1+2+1/ 1+2+0+1)=8		
1:gren Slägga på kastplan	14.20	08.45	09.10	13.40	12.20		
<i>Beräknat slut ca</i>	<i>18.30</i>	<i>11.30</i>	<i>12.15</i>	<i>18.00</i>	<i>16.30</i>		

M35 resp **K85** UTGÅR

Då det är rekordstora startfält (totalt: 90 st föranmälda), så viktigt att alla skyndar på och gör sig beredd för att vara förberedd när föregående kastar. Vi har hyrt 3 st optiskt mätinstrument, så vi kan hålla ett tufft schema.

Startlistor finns på följande länk: <https://www.trackandfield.se/anmalda?compID=604>

Grenordning: Slägga (*Kastplan A-buren*)), kula (*Kastplan*), diskus (*A-plan*), spjut (*A-plan/Bana B*), vikt (*A-plan*)

Utlysning till nästa gren utlyses i högtalare resp anslagstavlan samt ev meddelas gruppen efter föregående grens avslutning

Det kommer att finnas handsprit som vid varje gren som de aktiva själva kan använda vid behov.

Avprickning på Källbrinks IP

Senast 60 min före första grenstart även om vi är lite flexibla för de tidigaste starterna.

Nummerlapp

Hämtas personligen vid sekretariatet. Bärs på ryggen i kastmångkampen. Reklamen får ej vikas in

Upprop:

20 min före grenstart på resp tävlingsplats om den är ledig

Uppvärmning:

Skall ske utanför tävlingsarenan, joggingspår finns i direkt anslutning

Egna kastredskap

Lämnas in senast 1 timme före grenstart. Lämnas vid markerad plats vid omklädningsrummen på Källbrinks IP. Inlämnade redskap får användas av alla i tävlingen/klassen. Inlämnade redskap tas ut strax innan tävlingsstart

Tävlingsdräkt

Reglementsenslig tävlingsdräkt skall bäras.

Innerplan

Endast aktiva i aktuella grenar samt funktionärer

Efteranmälan:

Kan ske i mån av plats d.v.s. det får inte bli någon extra pool eller omgång. **450:-/kontant/swish.**

Resultat

Anslås på anslagstavlor samt läggs in på vår hemsida (se nedan) löpande

Utförande:

Tävlande skall starta i samtliga delgrenar

Tävlande som ej startar (gör ett försök) i en delgren anses ha brutit kastmångkampen.

Anm. Det är ej nödvändigt med giltigt resultat i varje gren, så länge man startat (gjort försök).

Samma redskapsbestämmelser gäller för de olika åldersklasserna, som för de enskilda grenarna.

WMA:s senaste poängtabell gäller.

Prisutdelning:

Sker samlat efter avslutad tävling för resp klass på **A-plan** efter vikten..

Mästerskapsmedaljer utdelas till de tre bästa i varje klass. (även för ensam startande)

Servering på Källbrinks IP:

Begränsad omfattning

Omklädningsrum:

Finns 2 st pr kön.

Toaletter

Finns 6 st på Arenan och även i närheten av kastplan

Hemsida

med information: www.huddingeais.se

Information

Pelle Öhrland 070-675 87 99. pelle@huddingeais.se

Kommunikation:

Buss 704 från Huddinge Station (pendeltåg) eller från Fruängen (T-bana). Hållplats **Källbrinksskolan alt** Nr 706 från Huddinge Station. Hållplats **Källbrinks IP**

Trafikupplysningen SL 08-600 10 00 www.sl.se

Bil: E4 Avfart vid **Fittja** följ skyltar mot Huddinge Sjukhus,

c:a 3 km skylt vänster mot Källbrinks IP alternativt avfart vid **Segeltorp** samt Häradsvägen 5 km. Skylt höger mot Källbrinks IP. Huddingevägen Avfart Nr 226 avfart Fullersta. Adress: Gamla Stockholmsvägen 91.

Parkering: Ingen parkeringsavgift tillämpas denna dag.

Boende:

Scandic Hotell, Kungens Kurva 08-517 34 600. Ange VSM. www.scandic-hotels.com

Nummerlappssponsor	HÅGESTAMSPORT
--------------------	----------------------

