



# 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)
<b>1:gren Slägga på kastplan</b>	<b>11.40</b>	<b>13.10</b>	<b>11.00</b>	<b>09.40</b>	<b>10.15</b>	<b>15.10</b>	<b>15.35</b>
<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>
<b>Klass (antal anmälda)</b>	<b>K35-40 (2+5)</b>	<b>K45 (5)</b>	<b>K50 (6+5)</b>	<b>K55 (8)</b>	<b>K60+ (1+2+1/ 1+2+0+1)=8</b>		
<b>1:gren Slägga på kastplan</b>	<b>14.20</b>	<b>08.45</b>	<b>09.10</b>	<b>13.40</b>	<b>12.20</b>		
<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](http://www.huddingeais.se)

**Information**

Pelle Öhrland 070-675 87 99. [pelle@huddingeais.se](mailto: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](http://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](http://www.scandic-hotels.com)

Nummerlappssponsor	<b>HÅGESTAMSPORT</b>
--------------------	----------------------

