

## PM - Scandic Indoor Games 27-29 jan 2023

## Välkomna till den 24:e upplagan!

- Tidsprogram:** Se separata dokument.
- Avprickning:** FP12–M/K 60 min före start.  
**FP 9-11 direkt till start för upprop efter uthämtning av nr lapp**
- Nummerlappar:** Hämtas på anvisad plats (individuellt). Fästs på bröstet. (Valfritt bröst/rygg i höjd och stav). Reklamen får ej vikas in.
- Efteranmälan:** Endast i mån av plats mot dubbel avgift som faktureras resp. klubb  
 Mail till [gunnar@huddingeais.se](mailto:gunnar@huddingeais.se)
- Omklädning:** Finns för ombyte. Inga skor i hallen.
- Tävlingsdräkt:** Reglementsenslig tävlingsdräkt bör användas.
- Spiklängd:** Max 5 mm.
- Uppvärmning:** Rundbanan (ej kurvorna) resp vid rundbanelopp på gröna sprintbanan.
- Upprop löpning:** Samling/calling för löpning 15 min före grenstart vid nätet längst ned i hallen, gäller även långlopp. Övriga grenar 15 min före grenstart vid resp. startplats.  
 Stav 30 min
- Löpningfinaler:** Vid löpningar 60m är det försök och final. Till A-final går de 8 bästa tiderna. Vid 8 eller färre avprickade går finalen på försökstid. Vid 25 eller fler avprickade körs även B-finaler (plats 9-16 i försöken). På sträckor 200m och längre samt häcklöpning avgörs tävlingen i A-B-C finaler där A-finalen (det bästa) går först enligt anmälda tider. Kan kompletteras på avprickningslistorna.  
**FP9-11 har inga finaler utan springer i 2 omg**
- Längd/tresteg/kula:** F/P9-13 år har samtliga 4 försök.  
 14 år och äldre har alla 3 försök och de 8 bästa ytterligare 3 försök.
- Längd:** I vissa klasser med många deltagare går tävlingen i 2 parallella pooler.  
 Längd F/P9-13 med hoppzon, F/P14 och äldre med planka.
- OBS:** Minst 2 startande per gren för att det skall bli tävling.  
 Åldersbundet gäller ej deltagande i seniorklass.
- Hopphöjder:**
- |               |  |
|---------------|--|
| <b>Stav</b>   | (Begynneshöjderna kan justeras om så behövs)   |
| <b>M-P17</b>  | bestäms på plats                               |
| <b>P14/15</b> | 163 183 204 219 234 244 254 264 274 279 +5 cm  |
| <b>P13</b>    | 141 156 166 176 186 196 206 +5 cm              |
| <b>K/F17</b>  | bestäms på plats                               |
| <b>F14/15</b> | 221 231 241 246 251 256 +5 cm                  |
| <b>F13</b>    | 166 176 186 191 196 201 +5 cm                  |
| <b>Höjd</b>   | (Begynneshöjderna kan justeras om så behövs)   |
| <b>M/P17</b>  | 150 160 170 180 184 188 192 195 198 201 + 3 cm |
| <b>P14/15</b> | 135 140 14 150 153 156 159 +3 cm               |
| <b>P13</b>    | 100 105 115 120 125 130 135 + 3 cm             |
| <b>P12</b>    | 97 107 112 117 121 124 129 133 137 +3 cm       |
| <b>K</b>      | 120 125 130 135 140 145 148 +3 cm              |
| <b>K/F17</b>  | Bestäms på plats                               |
| <b>F14/15</b> | 110 120 125 130 135 138 141 144 147 +3 cm      |
| <b>F13</b>    | 100 105 110 115 120 125 129 133 137 140 +3 cm  |
| <b>F12</b>    | 80 90 95 100 105 110 115 120 125 128 +3 cm     |

- Resultat:** Sätts upp på plats bakom stoppbädden. Finns även löpande på vår hemsida.
- Prisutdelning:** Snarast efter avslutad gren med Scandic Indoor Games medalj till de 3 främsta. Speciell plakett till de som sätter nytt Scandic Indoor Games rekord (se hemsidan och anslag). Endast 1 plakett per gren.  
**FP9-11 Diplom till alla**
- Innerplan:** Får endast beträdas av tävlande i aktuell gren samt funktionärer. Passage över innerplan är helt förbjuden (se även uppvärmning ovan).
- Parkering:** Parkeringsplatser utanför hallen. Ingen avgift under dessa tävlingar.
- Kommunikationer:** Pendeltåg till Huddinge Station samt promenad 10 min.  
Bussar från T-banan 710 (Skärholmen), 710 (även från Scandic hotell Kungens Kurva). 744 (Högdalen) Hållplats Helgedalsvägen (precis vid hallen).  
Adress: Förrådsvägen 1, Huddinge.
- Servering:** Enklare servering med korv, toast mm
- Upplysningar:** Pelle Öhrland, 070-675 87 99, [pelle@huddingeais.se](mailto:pelle@huddingeais.se)

**VÄLKOMNA TILL TRIVSAMMA TÄVLINGAR  
I STORÄNGSHALLEN HUDDINGE**

**Huvudsponsor:**

