



Huddinge AIS Friidrott

PM - Scandic Indoor Games 26-28 jan 2024

Välkomna till den 25:e jubileumsupplagan!

- Tidsprogram:** Se separata dokument.
- Avprickning:** FP12–M/K 60 min före start.
FP 9-11 direkt till start för upprop vid resp gren efter uthämtning av nr lapp
Grupperna F11 och P11 är uppdelade i 2 grupper i längd och kula för att minimera vistelsen i hallen. Se sep sidor på hemsidan.
- 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
- Omklädning:** Finns för ombyte. Inga skor i hallen.
- Tävlingsdräkt:** Reglementsenslig tävlingsdräkt bör användas.
- Spiklängd:** Max 5 mm.
- Uppvärmning:** Rundbanan (ej i 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
- Löpningssfinaler:** 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 60 m 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:**
- | | |
|---------------|---|
| Stav | (Begynneshöjderna kan justeras om så behövs) |
| M-P17 | bestäms på plats |
| P14/15 | 163 183 204 219 234 244 254 264 274 279 +5 cm |
| P13 | 141 156 166 176 186 196 206 +5 cm |
| K/F17 | bestäms på plats |
| F14/15 | 161 171 181 186 191 196 201+5 cm |
| F13 | 166 176 186 191 196 201 +5 cm |

Höjd	(Begynneshöjderna kan justeras om så behövs)
M/P17	150 160 170 180 184 188 192 195 198 201 + 3 cm
P14/15	135 140 145 150 153 156 159 +3 cm
P13	100 105 115 120 125 130 135 + 3 cm
P12	97 107 112 117 121 124 129 133 137 +3 cm

Höjd	
K/F17	Bestäms på plats
F13-14-15	100 105 110 115 120 125 129 133 137 140 +3 cm
F12	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 och minnesmedalj 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. Avgift med P-skiva resp App Easypark.
3 timmar gratis sedan 5 kr/tim
- 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. Hamburgare från grillen lördag-söndag
- Upplysningar:** Pelle Öhrland, 070-675 87 99, pelle@huddingeais.se

**VÄLKOMNA TILL TRIVSAMMA TÄVLINGAR
I STORÄNGSHALLEN HUDDINGE**

Huvudsponsor:

Scandic
KUNGENS KURVA · STOCKHOLM