



Huddinge AIS Friidrott

PM - Scandic Indoor Games 10-12 jan 2025

Välkomna till den 26:e upplagan!

- 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
Några grupper i längd är uppdelade i 2 parallella grupper 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.
- Skor:** **Sultjocklek i löpning, hopp och kast max 20 mm**
Maximal sultjocklek för skor som ska användas för tävling
i tresteg och löpgrenar som är 800m eller längre är sedan 1 november
2024 20mm (tidigare 25mm). Vi har mätare för att kunna kontrollera detta.
- Det går alltid att kontrollera om en skomodell är godkänd för tävling genom att söka i World Athletics lista:**
<https://certcheck.worldathletics.org/FullList>
- 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
- 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 60 m i 2 omgångar.
- 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 (även om grenen saknas), gäller ej deltagande i seniorklass.

Hopphöjder:	Stav (Begynneshöjderna kan justeras om så behövs,(Ej stav M-P17) M-P17 Grupp A: 400 412 424 436 448 460 470 480 490 500 510 515 +5 cm Grupp B: 262 282 302 322 334 346 358 360 372 382 392 402 412 422 427 +5 cm
	P13/14/15 143 163 183 204 219 234 244 254 264 274 279 +5 cm K/F17 bestäms på plats F13/14/15 141 151 161 171 181 186 191 196 201+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
	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**

Scandic

KUNGENS KURVA · STOCKHOLM

Huvudsponsor: