

PM LILLA HUDDINGESPELEN

29 augusti 2026

Källbrinks IP



Öppet hus innebär att ni har 90 minuter på er att i valfri ordning gå runt och testa de olika grenarna. Den första timmen (60min) kommer det finnas möjlighet att springa både 50m häck (barnanpassade häckar) /bana 5–8/ och 50m slätt /bana1–4/. Den aktiva väljer sedan själv vilken av dessa två man vill ha med i sin mångkamp. De sista 30 minuterna viger vi åt 400m lopp. Längd och visselspjut pågår hela tiden. **Löpningar:** 50m resp 50m Häck och 400m= 1 varv. **Längd:** Finns 2 olika gropar. **Visselspjut:** Finns 2 olika ansatsbanor.

Tidsprogram:

Tid	FP8	FP9	FP10	FP11
Född	2018–19	2017	2016	2015
Ledarsamling	09.15	11.15	13.15	15.15
Tidsspann	09.30–11.00	11.30–13.00	13.30–15.00	15.30–17.00

Nummerlapp: Hämta nummerlapp och resultatkort ca 15 min före passets början. Kontrollera numret i listan och hämta ut. Fästs på bröstet. Reklamen får inte vikas in.

Resultatkort/Diplom: Resultatkort finns för att fylla i alla resultat som sedan kan överföras till Diplomet

Startkortet: Fyll i Startnummer. Namn och klubb. Vid behov ta extra resultatkort.

Avprickning: Ingen avprickning.

Omklädning: Finns 4 omklädningsrum.

Tävlingsdräkt: Sedvanlig tävlingsdräkt är trevligt om ni använder.

Ålder: I princip åldersbundet.

Resultat: Coach fyller i resultatet för sin grupp/deltagare på startkortet. Bästa resultatet kan sedan överföras till Diplomet. Man får göra så många hopp/kast man hinner med under tiden resp 50m lopp och 400m. Resultaten för 50m, 50m Häck, finns på skärm i serveringen. Bana 1–4 50 m slätt och bana 5–8 50m Häck. 400 m tar coacher tiden med telefonens hjälp.

Poängtabell: Se separat dokument.

Prisutdelning: Ingen prisutdelning. Diplom och Minnesmedalj, som hämtas mot uppvisande av startkortet.

Servering på Källbrinks IP: Kiosk med kaffe, bullar, korv, toast mm.

Hemsida med information: www.huddingeais.se

Information: Anna-Karin Wikström 073-679 21 80, annakarin.wikstrom@huddingeais.se

Kommunikation: Buss 704 från Huddinge Station (pendeltåg) eller från Fruängen (T-bana). Hållplats Källbrinksskolan. Resp 706 från Huddinge Station till Källbrinks Idrottsplats. Se www.sl.se

Bil: E4 Avfart vid Vårby följ skyltar mot Huddinge Sjukhus, c:a 3 km skylt vänster mot Källbrinks IP alternativ avfart från E4 vid Segeltorp samt Häradsvägen 5 km. Skylt höger mot Källbrinks IP. Från Huddingevägen Nr 226 avfart Fullersta. Adress Gamla Stockholmsvägen 91, Huddinge.

Parkering: På parkeringsplatsen utanför Källbrinks IP resp på sandplan bakom Tennishallen. Följ skyltar. 3 timmare fri parkering med App Easypark sedan 5 kr/tim alt P-skiva 3 timmar gratis.

VÄLKOMNA TILL TRIVSAMMA TÄVLINGAR PÅ KÄLLBRINKS IP

Huvudsponsor:

Handelsbanken | Huddinge