

PM - Lilla Hässelbyspelen

Avprickning digitalt - 60 minuter före start via www.easyrecord.se

Därefter upprop 15 min före start på respektive tävlingsplats. För löpning sker upprop utanför rundbanan nära starten på 60m. För stavhopp gäller upprop 40 min före start

Poolindelning i de grenar där pooler används - se startlistan Easyrecord senast fredag kväll.

Nummerlappar hämtas ut vid informationen som ligger i nedre delen av hallen.

Efteranmälan på plats I mån av plats 60 min före grenstart mot dubbel avgift
I stavhopp tar vi EJ emot efteranmälan.

Resultat

Anslås i hallen snarast efter avslutad gren samt via länk till easyrecord via www.hskfriidrott.se

Prisutdelning

Sker nere vid målet för de tre främsta snarast möjligt efter avslutad gren.

Stav = bästa flicka + bästa pojke i varje pool får medalj oavsett åldersklass.

PF11 och yngre gäller nummerlappen som diplom för starterna där man kan fylla i sina resultat och spara som minne. Dessa klassers resultat anslås osorterat i hallen.

60m & 60m häck

8 snabbaste tiderna till final, B final vid fler än 32 startande. PF11 och yngre har EJ finaler.

600-1000m

Tider avgör placering. **Ange tid vid avprickning** för bättre seedning.

Längd

I 15 årsklassen används planka. 3 försök samt ytterligare 3 för 8 bästa. Ev två pooler och då finalhoppning i samma grop för de 8 bästa.

Grendomaren avgör optiskt om det är övertramp eller ej. Eftersom det här är en ungdomstävling kommer vi inte att filma planka/tramp.

10 årsklass 3 hopp för alla aktiva med hoppzon.

11 årsklass 4 hopp för alla aktiva med hoppzon.

Höjd

Höjd 12 år 1,05 - 1,11 - 1,17 - 1,23 - 1,28 - 1,32 - 1,36 - 1,39 - 1,42 osv 3 cm höjning

Höjd 13 år 1,05 - 1,11 - 1,17 - 1,23 - 1,28 - 1,32 - 1,36 - 1,39 - 1,42 osv 3 cm höjning

När en åldersklass hoppar i 2 pooler håller vi höjningsschema tills endast en hoppare återstår totalt, inte / pool.

Ingen skiljehoppning genomförs om det är lika resultat - vi delar då förstaplatsen.

Stav

Sker mixat PF13-15 utifrån ingångshöjd. ca 12 hoppare i varje pool. 3 olika ingångshöjder.

Tre olika starttider utan hänsyn till andra grenars starttider.

Ingen skiljehoppning genomförs om det är lika resultat - vi delar då förstaplatsen.

OBS - inga efteranmälningar i stavhopp - men vi öppnar upp så att alla som är anmälda kommer att få starta. VIKTIGT att tränare och aktiva hjälps åt att hålla högt tempo så att vi kan hålla schemat.

Höjningsschema

Pool 1 = mix PF13-15 // 1,20 - 1,35 - 1,45 osv 10 cm höjning

Pool 2 = mix PF13-15 // 1,60 - 1,75 - 1,85 osv 10 cm höjning

Pool 3 = mix PF13-15 // 2,20 - 2,35 - 2,45 osv 10 cm höjning

Kula

Två ringar. Gummikula i den mobila ringen och järnkula i den fasta. 4 försök i 12-13 års klasserna. I 15 årsklassen 3 försök för alla samt ytterligare 3 för de 8 bästa.

Poolindelning - längd, höjd och kula

I 15 årsklass seedar vi så att de bästa får mötas i samma pool. Säsongsbästa går för personbästa.

I yngre klasser delar vi in klubbvis för att underlätta för tränare och aktiva.

Poolindelning ses på startlistorna några dagar före start samt på listor ute i korridoren.

Parkering kan ta tid att hitta, var ute i god tid

Krock mellan grenar - hur ska man göra

Om tävlingar krockar med varandra följer vi regelboken. Löpgren har företräde och en aktiv kan gå ifrån en teknikgren för att springa.

Teknikgrenen fortsätter dock och den aktive kan genomföra sitt försök så länge inte nästa omgång har inletts. Om nästa omgång inletts räknas det som att man står över den omgången.

Aktiv som måste gå mellan olika grenar SKA kontakta GRENLEDARE för att komma överens om **eventuell flytta sin startordning för att kunna hinna med flera försök i respektive gren.**

Bra att tänka på innan och under tävling

Det är många individuella starter så vi ber alla ledare att hjälpa sina aktiva att vara på rätt plats vid rätt tid för att undvika onödiga förseningar.

Tävlingsytan är förbehållen de som tävlar samt funktionärer. Ledare/ tränare vistas ej på innerplan, samma gäller för aktiva som inte är delaktiga i pågående grenar. All uppvärmning sker på hyllan alternativt på lilla rakbanan bredvid hyllan.

Cafeteria Gotlands- & Stockholms friidrottsförbund driver fiket och avgör öppettider.

VÄLKOMNA