

PM för Grosvadskampen 2024

TÄVLINGSEXPEDITION

Finns på gaveln av byggnaden ovanför läktaren närmast målet med ett bord och stol samt en person som är i närheten större delen av tävlingen. Vid regn flyttas bordet in under taket på läktaren närmast intill. Här kan du göra du efteranmälningar. Meddela gärna också om du inte kommer delta i någon teknikgren du är anmäld i.

BANOR

Det finns åtta banor på upploppet och sex rundbanor. Max spiklängd 6 mm, men för spjutkastning max 9 mm.

NUMMERLAPP

Behövs inte i andra grenar än rundbanelopp längre än ett varv.

UPPVÄRMNING

Får ske på arenan där det inte stör pågående tävlingar. Ingen uppvärmning dock på fotbollsplanen på den halvan där det kastas spjut och diskus. Följ alltid funktionärernas anvisningar.

EFTERANMÄLNINGAR

Tas emot fram till 60 minuter innan grenstart mot dubbel avgift om tidsprogrammet tillåter detta. Fakturering i efterhand till respektive förening.

AVPRICKNING

Senast 60 minuter före start för löpgrenar på anslagstavlor överst mitt på läktaren. Ej avprickning vid final efter försöksheat. Ingen avprickning i teknikgrenar.

UPPROP

15 minuter före angiven starttid vid startplatsen för respektive gren.

FLERA GREVAR

Några deltagare har anmält sig till fyra grenar eller mer när vi har t.ex. åtta grenar i åldern 12 till 13 år. Några krockar blir då oundvikliga, speciellt för F13. Om krockar sker mellan grenar för en deltagare så går alltid löpningar först om inte grenledare säger annat. Deltagare i hopp och kast kan efter samråd med grenledare få göra sina försök sist i respektive omgång eller höjd. Det får dock inte fördröja tävlingen.

HEAT OCH FINAL

Löpningar upp till 100 m/110 mh sker i kvalificeringsheat och final vid fler än åtta deltagare. Löpningar 200 m och 300 m löps på enskilda banor. Vid fler än sex deltagare görs A och B heat utifrån säsongsbästa. För klasser U11 och yngre är det bara ett heat per löpare.

FYRKAMP OCH TREKAMP

Dessa kommer hållas ihop som Fyrkamp och Trekamp med en ledare för varje åldersgrupp (U11, U10, och U9+U8+U7 som följer dem från start till de avslutar tävlingen. Vi blandar flickor och pojkar. Direkt efter avslutad gren får de tävlande reda på när näst gren börjar. Vi försöker köra så

nära vi kan de angivna tiderna i tidsprogrammet och undvika för långa väntetider mellan grenarna. Smärre justeringar med starttider sker ofta i mångkamp.

LÄNGD OCH KAST

För Fyrkamp U11, U10 och Trekamp U9, U8 och U7 är det tre försök i längd och kula. För äldre klasser gäller tre försök för alla deltagare, därefter får de åtta främsta göra ytterligare tre hopp/kast i final. Det finns två längdgropar. De klasser som hoppar med zon upp till PF13 använder "Längd 1". De äldre som hoppar med planka använder "Längd 2".

HÖJD

Tre försök på varje höjd men försök går att spara till nästa höjd. Ingångshöjd beslutas av grenledare efter diskussion med deltagare. Höjningar i höjd på 5 cm tills tre deltagare återstår, därefter höjningar på 3 cm.

PRISER

Medaljer till de tre främsta i respektive gren. Prisutdelning sker omedelbart efter avslutad gren. Ingen prisutdelning för 11 år och yngre men medalj till alla deltagare som fullföljer tävlingen.

RESULTAT

Sätts upp på anslagstavlor överst på läktaren snarast efter avslutad gren. De kommer också finnas i realtid på webathletics.se för löpgrenar men för teknikgrenar blir det viss fördröjning. De kommer också läggas ut på FAIK's hemsida dagen efter avslutad tävling för åldern 12 år och äldre. Resultat för 11 år och yngre får vi inte publicera annat än som resultat på papper i samband med tävlingen.

KIOSK OCH MAT

Kiosk hålls öppen i läktarbyggnaden från 10 till ca 15, kanske längre om försäljningen är god. Där kan du köpa kaffe, läsk, varm korv m.m.

TOALETTER

Finns på läktarbyggnadens kortsida närmast starten för 100 m. Även inne i läktarbyggnaden och dess omklädningsrum.

FRÅGOR

Besvaras av tävlingsledare Anders Oskarsson på e-post andersoskar58@gmail.com eller mobiltelefon 070-2296747 mellan ca kl 9 - 21.

Hjärtligt välkomna till Finspång och Grosvads IP!

Finspångs AIK Friidrott