

# PM för Strands ungdomsspel 13/8 2022

(daterat 2022-08-11)

Strands IF Friidrott har nöjet att hälsa alla aktiva, ledare och föräldrar välkomna till Strands ungdomsspel söndag den 13 augusti 2022 på Glysisvallen i Hudiksvall.

**Nummerlappar:** Nummerlappar hämtas klubbvis vid bottenvåningen till måltornet.

**Avprickning och upprop:** Avprickning sker endast i löpgrenar på [easyrecord.se](http://easyrecord.se) senast 60 min före start. Upprop sker 10 min före grenstart.

**Omklädning:** Omklädningsrum med duschar finns inne i Glyshallen.

**Löpningar:** I sprintloppen blir det försökstävlingar i klasserna P/F13 och äldre om vi får fler än sex anmälda som svarar vid startuppropet. De 6 bästa tiderna deltar i finalen. Det finns sex banor på Glysisvallen. I åldrarna 7-11 år springer alla endast ett lopp.

**Höjdhopp:** Grenledaren för höjdhopp kommer överens med deltagarna om ingångshöjden. Lägsta möjliga ingångshöjd är 85 cm (pga höjden på mattan). Höjningsschema:

P/F 10 & 11: +5 cm upp till 105, därefter 3 cm.

P/F 13: +5 cm upp till 130, därefter 3 cm.

P/F 15 och äldre: +5 cm upp till 140 därefter, 3 cm.

**Längdhopp och kastgrenar:**

Trekampen (F/P7-9): varje deltagare har tre försök i längdhopp och nerfboll (+1 försök vid ogiltigt resultat).  
P/F10-13: alla har fyra försök i längdhopp och kastgrenar. Ingen vindmätning genomförs i längdhopp för dessa klasser.

P/F15 och äldre: tre försök för samtliga deltagare samt ytterligare tre försök för de åtta främsta i resp klass.

**Invägning:** Invägning av redskap sker efter överenskommelse med grenledare i god tid innan start.

**Efteranmälan:** Mot dubbel avgift senast en timme före grenstart i mån av plats.

**Resultat:** Resultat publiceras digitalt på [easyrecord.se](http://easyrecord.se).

**Priser:** Prisutdelningen sker efter grenens slut sedan tävlingsprotokollet granskats av sekretariatet.

- I trekampen (7-9 år) utdelas medalj för hela trekampen till alla deltagare, dvs inga medaljer i de enskilda grenarna. Dessutom får alla trekampsdeltagare diplom.
- I åldrarna 10 och 11 utdelas medalj till alla deltagare i alla grenar.
- I åldrarna 13 år och äldre utdelas medalj till de tre främsta i varje gren.
- Deltagare F/P 13 och äldre som inte erhåller individuell medalj i någon gren får en deltagarmedalj. Den hämtas vid måltornet (en trappa upp).

**Spiklängd:** Längsta tillåtna spiklängd 6 mm i löpningar och 9 mm i hopp och kast.

**Servering:** Grillade hamburgare (även vegetariskt), dricka, kaffe, och godis säljs vid kiosken inne på friidrottsarenan.

**Övrigt:** Respektera avspärningar vid tidtagningsområde och tävlingsplatser. Endast tävlande och funktionärer på innerplan p g a skaderisk. I de yngsta klasserna är det tillåtet för ledare/förälder att hjälpa till med inställning av startblock mm.

**Uppllysningar:** Tävlingsledare: Mikael Ohlsson 070 - 527 46 77

**Varmt välkomna!**