



TÄVLINGS-PM

IFK Tumba friidrott hälsar alla välkomna till 2015 års inomhusmångkamp i friidrott!

Alla aktiva och ledare ombedes att läsa detta PM

Tävlingsarena	Säturahall. Adress, Sättra Friidrottshall, Björksättravägen 2, 127 37 Skärholmen
Parkering	Finns i nära anslutning till hallen
Entré	Huvudentrén finns i norra delen av hallen.
Nummerlappar	Klassen P/F 09-11-13 kommer att bära nummerlappar, övriga klasser kommer att bära nummerlapp endast på långloppet. Nummerlappar hämtas vid sekretariatet i hallens nedre ingång.
Efteranmälan	I princip är alla klasser fulla, men i mån av plats kan efteranmälan göras vid sekretariatet fram till 1 timme före grenstart. Dubbelavgift faktureras klubben efter tävlingen.
Avprickning	Avprickningslistor finns uppsatta i gången ner mot sekretariatet. Listorna tas ner 1 timme för första start i respektive klass. Inga ytterligare avprickningar inför följande grenar, enbart upprop.
Specialavprickning	Avprickning F13 – tas ner 08:20 Avprickning F12 – tas ner 08:30 Avprickning P11 - tas ner 09.20 P15 och P17 Ange personbästa i stav vid avprickning
Omklädnad	Till vänster innanför entrén finns omklädningsrum och dusch.
Uppvärmning	All uppvärmning skall ske på bortre långsidan vid höjden, finns även möjligheten att värma upp utomhus.
Upprop	Upprop sker i närheten av aktuell gren/aktivas område ca 15 min före grenstart. Plats och tid för nästa gren annonseras av ansvarig grenledare och speaker.
Tävlande	Då det är många startande ser vi gärna att varje tävlande är beredd att starta direkt när det är den tävlandes tur.
Tävlingsbestämmelser	Tävlande bör bära föreningen tävlingsdräkt. Alla som har fått nummerlapp måste bära nummerlapp. Krita eller färg är inte tillåtet som ansatsmarkering.
Protest	Protest ska först göras muntligt till ansvarig grenledare. Detta kan lämnas av den aktive själv eller någon som företräder den tävlande. Skriftlig protest lämnas till sekretariatet senast 30 min efter resultat kungjorts. Protestavgiften på 300kr erlägges kontant och återfås om protesten godkännes.
Innerplan	Endast tävlande och funktionärer får befinna sig på innerplan och i tävlingsområden.

Tävlingsbestämmelser grenar

Höjd	Alla klasser har en genomgångs höjd på 130cm +/- 3 cm. Vissa klasser kommer att hoppa på 2 mattor samtidigt.
Stav	Alla klasser har en genomgångs höjd på 253cm +/- 10 cm. Ange personbästa i avprickning på stav klassen P15 och P17 Som kommer ha två pooler för jämn fördelning i poolerna. Tidsgränsen efter upprop är 1 minut. Två försök i följd av samme tävlande är tiden 3 minuter. 3 – 1 deltagare kvar i tävlingen är tiden 2 resp. 5 minuter.
Längd	Alla tävlande har tre hopp.
Kula	Kula genomförs med metallkolor på grusunderlag. Samt ”gummi” kulor för de yngre klasserna. Alla tävlande har tre stötar.
Poängberäkning	I klassen P/F 7 till 9 får man placerings poäng Placeringen 1:a ger 1 poäng 2:an - 2 poäng osv vinnaren blir den som har lägsta poängen, vid samma poäng vinner den som har bästa placeringar. Övriga klasser använder mångkampstabeller för respektive klass
Medaljer	Medaljer tilldelas de tre bästa i varje klass snarast efter sista gren. DM-medaljer tilldelas enbart till DM-klasser och tävlande för Stockholms klubbar, utomstående får också medalj vid pallplacering
Resultaten	Resultat anslås på väggen bakom huvudläktaren
Hemsida	Samtliga resultat kommer att finnas på IFK Tumbas hemsida efter båda avslutade tävlingsdagar
Servering	Café 08fri, Servering med kaffe, läsk, lättare mat, mackor och godis finns att tillgå båda dagarna

Välkomna
Christian Östervall
Ordförande IFK Tumba Friidrott



IFK Tumba
Friidrott

