

PM FÖR NORDEA-SPELEN 17/3 2018

TÄVLINGSEXP Öppnas tävlingsdagen kl **09.00**

NUMMERLAPPAR Uthämtas föreningsvis och får behållas

UPPVÄRMNING När tävlingen startat skall all uppvärmning ske i tillbyggnaden vid borte långsidan.

AVPRICKNING Avprickningslistor för samtliga löpningar finns uppsatta på anslags-
LÖPNINGAR tavlan vid uppvärmningsdelen. Listorna tas ner **45 min** före grenstart.

TEKNIKGRENAR I teknikgrenar sker upprop ca 15 min. före start vid resp. tävlingsplats.

60 m 2-3 heat: de 6 bästa tiderna till final.

Sex eller färre avprickade = final direkt på försökstid.

60 mH, 200m Seedade heat. Ange på avprickn.listan årsbästa tid om ej angetts i anmälan.

LÄNGD Alla har fyra hopp, ingen finalomgång.

KULA Alla har fyra stötar, ingen finalomgång.

HÖJD-SCHEMA

P13 110-115-120-123-126-129 + 3

P12 105-110-115-120-123-126 + 3

P11 95-100-105-110-113-116 + 3

P10 90- 95-100-105-108-111 + 3

F13 107-112-117-122-125-128 + 3

F12 102-107-112-117-120-123 + 3

F11 97-102-107-112-115-118 + 3

F10 85 - 90- 95-100-103-106 + 3

EFTERANMÄLAN På tävlingsdagen **endast** till tävl.sekretariatet senast **1 timme** före grenstart.

PRISUTDELNING Medaljutdelning omgående efter avslutad gren till de tre främst placerade.

PROGRAM Tidsprogram och deltagarlista finns i nummerlappskuverten.

RESULTAT Resultat anslås snarast efter avslutad gren på anslagstavlan under läktaren.

På klubbens hemsida efter avslutad tävling.

SERVERING Kaffe, läsk, korv, mackor, godis m.m. finns att köpa hela tävlingsdagen.

ÖVRIGT Max. spiklängd 6 mm gäller i hela hallen. Spikar finns att köpa i kiosken. Endast tävlande och funktionärer på arenan under tävlingarna.

Ledare el. förälder får vid behov hjälpa de yngsta med startblock. Respektera de avspärningar som är uppsatta.

VÄLKOMNA TILL HÖGHAMMARHALLEN!