PM Lag USM F/P 17, 2014

Lördag 16 augusti, Sparvallen Tanumshede

Grenprogram

P17: 200m, 800m, 2 000m hinder, 110m häck, stav, längd, kula, slägga och 4 x 100m.
F17: 100m, 400m, 3 000m, 100m häck, höjd, tresteg, diskus, spjut och 4 x 100m.

Tekniskt möte

Klockan 11.00 i Tanums IF:s klubbhus inom Sparvallen.

Laguppställning

Ändringar meddelas skriftligt på Tekniskt möte.
Senare ändringar kan göras om omständigheterna kräver det, men skall göras under ansvar och ej missbrukas. Sena ändringar meddelas sekretariatet.

Nummerlappar

Nummerlappar skall bäras av alla deltagare och utlämning sker i samband med det tekniska mötet i Tanums IF:s klubbhus.

Tävlingsdräkt

Klubbens officiella tävlingsdräkt skall bäras.

Egna redskap

Skall senast 60 min före start lämnas in för kontroll hos teknik, förrådet vid entrén.

Poängberäkning

Vid 8 deltagande lag utdelas poäng enligt skalan: 8-7-6-5-4-3-2-1 för placering 1 och nedåt i respektive gren. I löpgrenar med fler heat räknas poäng efter bästa resultat.

Resultat och poäng

Anslås på anslagstavlan i anslutning till sekretariatet, samt läggs ut efter tävlingens slut på vår hemsida www.tanumsif.nu

Hopphöjder

Flickor höjd: 1.40 - 1.45 – 1.50 – 1.55 – 1.58 – 1.61 – 1.64 – 1.67 -1.70 – 1.73 – 1.76 + 2 cm
Pojkar stav: 2.93 – 3.03 – 3.13 – 3.23 – 3.33 – 3.43 – 3.53 – 3.63 -3.73 – 3.83 – 3.93 – 4.03 + 5 cm
Ingångshöjden kan sättas lägre om något lag så önskar!
Höjningsschema bestäms slutligen på det tekniska mötet.

Antalet hopp och kast
Varje deltagare har sex försök i längd/tresteg, samt respektive kastgrenar.

Protest
Lämnas senast 15 minuter från att resultatet officiellt kungjorts mot en avgift om 400kr. Pengarna återfås om protest godkännes av tävlingsjury.

Upprop
Upprop vid startsamlingen, intill läktaren/sekretariatet, löpning samling 20 min före grenstart , teknikgrenar(förutom stavhopp) 40min före grenstart och stavhopp 70 min före grenstart. Efter upprop sker gemensam inmarsch till arenan och respektive tävlingsgren.

Omklädning
Omklädning vid Hedeskolan intill Sparvallen, se karta.
Det kommer att finnas utrymmen på Sparvallen för förvaring av extra kläder under tävlingen, vid eventuellt regnväder. För värdesaker och kläder ansvar den aktive själv.

Parkering
Parkering finns utanför Sparvallen. Se hänvisningskyltar till Hedeskolan. Se karta.

Vägbeskrivning
Med bil från Göteborg / Uddevalla kör E6 norrut mot Oslo ca 13mil / 6 mil till avfart Tanumshede Norra, avfart 106. Kör mot centrum, efter ca 500m höger mot Sparvallen, följ skyltning till Sparvallen.

Mat
Försäljning finns inom Sparvallen av hamburgare med bröd, korv med bröd, sallad, kaffe, dricka, bullar m.m.

Tävlingsledare
Bo Stalefors tel. 070-216 46 33 och bitr. tävlingsledare Stefan Larsson tel. 070-516 15 95.

Upplysningar
Tanums IF:s kansli tel. 0525-205 32, E-post: info@tanumsif.nu och
tävlingsledare Bo Stalefors tel. 070-216 46 33.

Välkomna till Sparvallen, Tanumshede och Lag USM F/P17, 2014!

Tanums IF i samverkan med Bohuslän-Dals Friidrottsförbund

Svenska Friidrottsförbundets sponsorer

T·I·F

BOHUSLÄN – DALS FRIIDROTTSFÖRBUND

SVENSK FRIIDROTT

BAUHAUS

XR CISE