

Praktiske oplysninger

Afkrydsning:

Der er ikke afkrydsning ved dette stævne.

Startnumre:

Der benyttes ikke startnumre. Dog får deltager i længde (op til 13år) samt kappgang et deltagernummer der skal sidde foran.

Deltagernumre:

Til kappgang og længde (op til 13år) - Udleveres ved øvelsesstedet lige inden start.

Nummer bæres på mave / bryst.

Løb:

Løb A foregår ved normale startsteder

Løb B er 60m for D9 og P9, dette foregår på langsiden mellem 200m og 300m.

4x200m: 11-13år – start ved 800m starten og 1. manden løber ind (efter første sving)

14år og ældre – start ved 4x400m start og 3. manden løber ind (efter tredje sving)

Kast:

Indvejning af redskaber sker hver hele time fra kl 9 (ved klubhuset)

Kugle A foregår på stadion ved mål.

Kugle B er bag dommertårnet nede ved 100m starten (der stødes fra indendørs ring, så vi opfordre til at passe på hvis det er vådt)

Bold A er på stadion ved kugle.

Bold B er på stadion ved højde

Bold C er bag dommertårnet nede ved mål

Spyd A er på stadion ved kugle.

Spyd B er på stadion ved højde

Diskos A er i kastegården bag vores klubhus i det lave kastebur.

Diskos B er på stadion

Hammer er i kastegården bag vores klubhus i det lave kastebur.

Spring:

Længde A er ved 100m start

Længde A2 er ved 100m start – se bemærkning.

Længde B er ved mål

3-spring er ved mål

Højde A er ved 100m start

Højde B er ved 200m start

Spring intervaller i højde: 5cm for alle

Stang er ved 60m start.

Spring intervaller i stang: 10cm for alle

Bemærk:

Længde: P9 og D9 længde er delt op i 2 grupper (deltagere pr gruppe kan ses på startlisterne). For at alle skal have same vilkår, springer begge grupper samtidig på 2 parallelle baner, med en bane i mellem. De 6 bedste i hver gruppe går videre til finale, som springes i samme bane direkte efter ens egen gruppe er færdig med de indledende spring. Medaljetagere bliver de 3 der på tværs af grupperne har sprunget længst.

Hvem går til finale?

40m P7, D7 : 8 bedste til finalen

60m P9+D9 : A finale 6 bedste tider, B finale 7. til 12. bedste tid

60m P11+D11, 80m : A finale 8 bedste tider, B finale 9. til 16. bedste tid (B finale kun ved mere en 3 indledende heat)

100m : A finale 8 bedste tider, B finale 9. til 16. bedste tid (B finale kun ved mere en 3 indledende heat)

200m og 100m(senior) : Direkte finale (F, E, D, C, B og A heat, hurtigste sidst)

Hæk : 8 bedste til finalen

Kast : De 6 bedste

Spring : De 6 bedste (dog 12 for længde P9 og D9 - 6 i hver af gruppe)

(længde/trespring)

Medaljer

D7 og P7 alle deltager for en medalje

I alle andre aldersgrupper til og med 17år vil nr 1, 2 og 3 få en Afslutningsstævne medalje.

For senior er der præmie til vinderen.