

Praktiske oplysninger

Afkrydsning:

Der er ikke afkrydsning ved dette stævne.

Startnumre:

Der benyttes ikke startnumre. Dog får deltagere i løb, på ikke indelt bane, et deltagernummer der skal sidde foran.

Deltagernumre:

Til deltagere i løb på ikke indeltbane (800m, 1500m, 3.000m og 5.000m) - Udleveres ved startstedet lige inden start. Nummer bæres på mave / bryst.

Løb:

Afvikling af løb går forud for afvikling af tekniske øvelser.

Er man ikke ved start til tiden, afvikles løbet uden de deltagere der ikke er mødt op, og holdet får dermed ikke mulighed for point.

Stafet: 1. hold løber før 2. hold

Kast:

Indvejning af redskaber sker ved klubhuset.

Kugle: På stadion ved mål

Spyd: På stadion ved kugle

Diskos A: I kastegården bag vores klubhus (det lave kastebur, længst væk). Gruppe: P19+D19+D15

Diskos B: I kastegården bag vores klubhus (det lave kastebur, tættest på klubhus). Gruppe: P15

Hammer: I kastegården bag vores klubhus (det lave kastebur, tættest på klubhus)

Spring:

Længde: I medvindsenden (vurderet af hoveddommer)

3-spring: I medvindsenden (vurderet af hoveddommer)

Højde: Starthøjde er fri

Spring interval: P15: 5cm < 1,35m > 3cm

P19: 5cm < 1.55m > 3cm

D15: 5cm < 1.55m > 3cm

D19: 5cm < 1.75m > 3cm

Sidste deltager må ikke selv bestemme springhøjde, ovenstående intervaller skal holdes.

Stang: Starthøjde er fri (dog mindst 130cm)

Spring interval: 10cm for alle

Sidste deltager må ikke selv bestemme springhøjde, ovenstående intervaller skal holdes.

Antal forsøg:

12-15år: 4 forsøg i kast og længde/trespring

16-19år: 6 forsøg i kast og længde/trespring

Opdateret 6. maj