

Afkrydsning:

Der er ikke afkrydsning ved dette stævne.

Afbud:

Under stævnet: I sekretariatet

Før stævnet: Modtages pr mail.

Eftertilmelding:

Under stævnet: Ikke muligt under stævnet

Før stævnet: Frem til 72 timer før stævne start

Startnumre:

Hentes i vores klubhus/sekretariatet.

Alle løb: Foran

Kast og spring: Valgfrit for eller bag.

Deltagernumre:

I løb på ikke inddelt bane (800m, 1.500m, 2.000m/3.000m kapgang, 5.000m og stafet) uddeles deltagernummer lige inden start, dette pladseres på højre lår, buks eller trøje (der hvor det bedst sidder fast, men vigtigt at det er højre). Der er større sandsynlighed for at nummeret falder af hvis det flyttes – så sæt det rigtigt første gang ;)

Kast:

Indvejning af redskaber sker ved klubhuset

Kugle: På stadion ved mål

Spyd: På stadion ved højde

Diskos: På stadion

Hammer: I kastegården bag vores klubhus

Vægt: I kastegården bag vores klubhus

Spring:

Længde: I medvind (så vidt muligt)

3-spring: I medvind (så vidt muligt)

Højde: Ved 200m start

Spring intervaller i **højde**: 3cm for alle

Spring intervaller i **stang**: 10cm for alle

Finale:

Løb: Der er direkte finale

Kast: Der går 8 til finalen

Spring: Der går 8 til finalen

Medaljer

Der er mesterskabsmedaljer til nr 1, 2 og 3 i alle grupper.

Sekretariat:

Ved klubhuset.

Udlevering af startnumre, modtager afbud og kan svare på spørgsmål.