

AFSLUTNINGSSTÆVNE

Praktiske oplysninger

Covid-19 sætter i den grad sit aftryk på årets Afslutningsstævne.

Vi opfordrer derfor til, at alle gør sig bekendt med og følger nedenstående anbefalinger.

Covid-19 tiltag for stævne afvikling

- Overhold sundhedsstyrelsens retningslinjer
- Hold afstand.
 - Har man høj puls eller taler højt, så bør man forsøge at holde min. 2 meters afstand
- Tag hensyn til hinanden - altså ingen kram/knus eller håndtryk.
- Så snart man er færdig med en øvelse forlader man øvelsesstedet
- Medbring sprit til eget forbrug.
- Vi opfordrer til at medbringe egne redskaber/depecher. Men vi har selvfølgelig redskaber og sprit ved øvelsesstederne.
- Vi opfordrer til, at man ikke bliver unødigt længe på stadion
- Bliv hjemme hvis du føler dig sløj.

Løb:

- Atleter må kun være på inderkredsen, når de er i gang med en øvelse
 - Der er ikke adgang til inderkredsen for trænere eller forældre - heller ikke for de mindste.
- Så snart man er færdig med en øvelse forlader man hurtigst inderkredsen
- Alle tilskuere og atleter, der holder pause, skal holde sig uden for rækværket og fordele sig rundt på stadion. Klubberne rådes til at lave "klublejre" kun for egne medlemmer.
- Kontrolleret indgang gennem lågen ved 200m (se nedenfor)
- Udgang ved 100m
- Præmieoverrækkelse(kun løb): Ved stang udenfor inderkredsen, umiddelbart efter finalen er løbet.

Kast:

- Atleter må kun være i kastegården, når de er i gang med en øvelse
 - For dem der kaster/støder i Kule A, Diskos B eller Bold i den ende af kastegården, man ikke kan se fra klubhuset, må der MAX være én træner eller én forældre med.
- Så snart man er færdig med en øvelse forlader man hurtigst muligt øvelsesstedet
- Der vil være sprit til rådighed ved kasteøvelserne og det er deltagernes eget ansvar at spritte det redskab af man benytter før hvert kast.
- Præmieoverrækkelse (i kastegården): Ved øvelsesstedet umiddelbart efter konkurrencen.

Cafeteriet er åbent:

Husk mundbind

AFSLUTNINGSSTÆVNE

Praktiske oplysninger

Kontrolleret indgang til inderkreds:

Indgang: Via lågen ved 200m starten.

Mødetid: 15min før.

Til inderkreds: 10min før.

Her vil der stå hjælpere og sikre at der max er 5 heat på inderkredsen ad gangen.

Forlad inderkredsen hurtigst muligt efter løb.

Tilskuere kan stå langs hegnet, husk at holde afstand.

4x200m: Start ved 800m starten og 1. manden løber ind (efter første sving). (uanset antal hold)
Skiftezone 30m (blå markering)

Kast:

Indgang: Via lågen ved klubhuset.

Der er kun adgang for aktive, dommere og MAX én træner eller én forældre til de aktive der har øvelse ved det lave kastebur – dvs: Kugle A, Diskos B og Bold (7årige)

Forlad øvelsesstedet hurtigst muligt efter du er færdig.

Tilskuere kan stå langs hegnet til kastegården, husk at holde afstand.

Kugle A: I Kastegård bag de lave kastebur – tilskuere må kun stå mellem trådhegnet og afspærringen
Kugle B: "indendørs" ring i kasteburet ved klubhus – tilskuere må kun være udenfor hegnet til kastegården
Diskos A: I kastegården bag vores klubhus – tilskuere må kun være udenfor hegnet til kastegården
Diskos B: I kastegården det lave kastebur – tilskuere må kun stå mellem trådhegnet og afspærringen
Hammer: I kastegården bag vores klubhus – tilskuere må kun være udenfor hegnet til kastegården
Vægt: I kastegården bag vores klubhus – tilskuere må kun være udenfor hegnet til kastegården

Præmie overrækkelse:

Løb: Ved stang udenfor inderkredsen, umiddelbart efter finalen er løbet.

Kast: Ved øvelsesstedet i kastegården umiddelbart efter konkurrencen.

Startnumre:

Der benyttes ikke startnumre, men løbere på de lange løb får numre de skal sætte på maven, disse udlevere lige inden start.

Hvem går til finale?

40m P7, D7	: Der er ikke finale
60m, 80m og 100m *	: Alle får 2 løb (indledende og finale). I både indledende og finale seedes efter tider således, at der løbes hurtigere og hurtigere (D, C, B, A heats). Medaljetagere findes i A heatet i finalen.*
200m	: Direkte finale (C, B og A heat, hurtigste sidst)
Hæk	: Alle får 2 løb (indledende og finale). I både indledende og finale seedes efter tider således, at der løbes hurtigere og hurtigere (C, B, A heats). Medaljetagere findes i A heatet i finalen.
Kast	: De 6 bedste

* hvis man IKKE ønsker at løbe finale, skal det meldes i sekretariatet ved klubhus. Så vi kan seede de der ønsker at løbe.

AFSLUTNINGSSTÆVNE

Praktiske oplysninger

7-årige trekamp

De 7-årige har stadion for sig selv søndag morgen.

Dommerteam følger børnene rundt til øvelserne, så når en øvelse er færdig går gruppen videre til næste. Man må godt starte før hvis gruppen og dommere er klar.

Forældre må ikke være på inderkredsen. Trænere må ikke være på inderkreds. Dette er meget vigtigt, da antal deltagere + dommer gør at der ikke er plads jvf forsamlingsforbud.

Disse følger børnene direkte efter 40m(og må derfor godt have 1 træner på inderkreds og vil også kunne hjælpe med blokke): Sparta, Amager og Bagsværd

Piger 7år:

Starter med 40m kl 9.50.

Sparta træner tager alle piger med ud i kastegården til boldkast.

Efter boldkast går de med **Sparta** træner til længde A ved klubhuset

I kastegården kan trænere og forældre godt gå med og hjælpe. Ved længde kan man hjælpe fra den anden side af hegnet. I begge tilfælde - husk at holde afstand til andre trænere/forældre.

Drenge 7år gruppe 1:

Starter med 40m kl 10:00

Amager og Bagsværd træner tager drengene fra Amager og Bagsværd med til længde B (ved dommertårn)

Efter længde går de med **Amager og Bagsværd** træner til bold ved kugle.

Ved længde kan man hjælpe fra den anden side af hegnet. Husk at holde afstand til andre trænere/forældre.

Klubber i gruppe 1:

- Amager AC
- Bagsværd AC

Drenge 7år gruppe 2:

Starter med 40m kl 10:00

Greve dommer henter de 7-årige drenge (gruppe 2) og går til længde A ved klubhus.

Efter længde går de med **Greve** dommer til ud i kastegården til boldkast

Ved længde kan man hjælpe fra den anden side af hegnet. I kastegården kan trænere og forældre godt gå med og hjælpe. I begge tilfælde - husk at holde afstand til andre trænere/forældre.

Klubber i gruppe 2:

- FIF Atletik & Motion
- Greve Atletik
- IK Hellas
- KIF
- Roar Atletik
- Sparta

AFSLUTNINGSSTÆVNE

Praktiske oplysninger

Inderkreds:



Kastegård:

