

# AFSLUTNINGSSTÆVNE

## Praktiske oplysninger

---

### Tilskuere/Forældre:

Vi opfordrer kraftigt til, at det KUN er aktive der er på inderkredsen. Det giver mere ro i afviklingen til gavn for både aktive, dommere og arrangør.

Tilskuere/forældre kan stå langs hegnet, hvilket også gør at alle bedre kan se.

Det er forbudt at være på inderkredsen ved målstregen.

### Afbud:

Meldes i sekretariatet.

Specielt i løb opfordrer vi til at man melder afbud så vi kan seede korrekt.

Husk også at meddele hvis I ikke ønsker at løbe finale løbet (60, 80, 100 og hæk)

### Ændringer / Eftertilmelding:

Meldes i sekretariatet.

Eftertilmelding (til dobbelt startgebyr) kun mulig hvis der vurderes at være plads uden det påvirker tidsskema.

### Stafet:

**4x100m:** Skiftezone er 30m (gul markering)

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

**4x60hæk:** Start er ved mållinien, hvorfra der løbes over hække mod 60m startlinien hvor 2. og 4. løber står (i banen lige ved siden af), herfra løbes mod mållinien (hvor 3. løber står), således, at hvert hold benytter 2 baner til at løbe på.

### Spring:

Længde A1: Så vidt mulig i den ende med medvind.

Længde A2: Så vidt mulig i den ende med medvind.

Længde B: Modsatte ende af A2

3-spring: Medvind

Højde A: Ved 200m start

Højde B: Ved 100m start

Spring intervaller i højde: 5cm for alle indtil sidste deltager

Spring intervaller i stang: 10cm for alle indtil sidste deltager

### Bemærk:

Længde: P9 og D9 længde er delt op i 2 grupper (deltagere pr gruppe vil kunne 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.

### Kast:

Bold A: På stadion ved kugle – tilskuere kan stå langs hegnet

Bold B: På stadion ved højde – tilskuere kan stå langs hegnet

Kugle: På stadion – tilskuere kan stå langs hegnet

Spyd A: På stadion ved kugle – tilskuere kan stå langs hegnet

Spyd B: På stadion ved højde – tilskuere kan stå langs hegnet

Diskos: I kastegården bag vores klubhus – tilskuere kan fint se udenfor hegnet til kastegården

Hammer: I kastegården bag vores klubhus – tilskuere kan fint se udenfor hegnet til kastegården

Vægt: I kastegården bag vores klubhus – tilskuere kan fint se udenfor hegnet til kastegården

# AFSLUTNINGSSTÆVNE

## Praktiske oplysninger

---

### Præmie overrækkelse:

Ved stang udenfor inderkredsen.

### 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
Spring (længde/trespring)	: De 6 bedste (dog 12 for de grupper der er opdelt i 2(A1+A2) - 6 i hver af grupperne)

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

### Resultater:

Vil løbende blive opdateret og kunne ses på [iMars](#).

# AFSLUTNINGSSTÆVNE

## Praktiske oplysninger

### 7-årige trekamp

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.

Trænere må godt være på inderkredsen.

3 forsøg i bold og længde.

#### **Piger 7år - gruppe 1:**

(Længde-40m-bold)

Starter med Længde kl 10.00.

Længde er: Længde A1

Boldkast er: Bold A er ved Kugle

#### **Klubber:**

- Amager AC
- Herlev Atletik
- IK Hellas
- Køge Atletik

#### **Piger 7år - gruppe 2:**

(Længde-40m-bold)

Starter med Længde kl 10.00.

Længde er: Længde A2

Boldkast er: Bold B er ved højde.

#### **Klubber**

- Sparta

#### **Drenge 7år – gruppe 1:**

(Bold-40m-længde)

Starter med Bold kl 10.00.

Boldkast er: Bold A ved kugle.

Længde er: Længde A1

#### **Klubber i gruppe 1:**

- Amager AC
- Bagsværd AC

#### **Drenge 7år – gruppe 2:**

(Bold-40m-længde)

Starter med Bold kl 10.00.

Boldkast er: Bold B ved højde.

Længde er: Længde A2

#### **Klubber i gruppe 2:**

- Frederik IF
- Greve Atletik
- IK Hellas
- ROAR
- Slagelse Atletik DELTA
- Sparta

# AFSLUTNINGSSTÆVNE

## Praktiske oplysninger

