

## **PM för McDonaldsspelen 26 maj 2019**

**Vägbeskrivning:** Edsborgs IP är belägen alldeles intill E45. Vid korsningen mellan E45 och Tunhemsvägen. GPS koordinater: 58°17.378'N 12°18.810'E

Trollhättans Friidrottsklubb hälsar alla varmt välkomna till 26:e upplagan av McDonaldsspelen. Tävlingen går som vanligt på Edsborgs IP i Trollhättan.

Årets Tävling är även genrep inför vårt kommande USM vilket gör att fler grenar normalt har tillkommit. Tävlingen påverkas av pågående renovering av banorna vilket gör att banmarkeringar mm ser slitna ut och kommer att målas om direkt efter tävlingen. Vi ber om ursäkt för detta.

Årets DM "5000" för Västergötland genomförs som en del av tävlingen. I den delen av tävlingen kommer vi att genomföra upprop genom s.k. "Calling" med gemensam inmarsch (se vidare nedan) och "korgbärare".

För att underlätta för samtliga vill vi att ni tar del av de anvisningar som finns i detta PM.

**Omklädning:** Omklädningsrum med dusch och toalett finns att tillgå under läktaren. Ingång från baksidan av läktaren.

**Uppvärmning:** All uppvärmning sker utanför tävlingsarenan.

**Avprickning:** Bakom målhuset intill resultatavlorna. Endast löpgrenar senast 60 min före start.

**Calling:** Endast löpning 2000m och uppåt. Genomförs i callingtältet intill 100m starten. Samling 20 min före grenstart med inmarsch senast 10 min före.

**Upprop:** Upprop sker i övriga grenar 10 min före grenstart vid resp. startplats.

**Nummerlappar:** Nummerlappar hämtas individuellt vid gula förrådet. Deltagarlistor sitter uppsatta på anslagstavlan.

**Efteranmälan:** Efteranmälan sker i mån av plats mot dubbel avgift i sekretariatet i klubbhuset på andra våningen. Senast 1 timma innan start, inte vid respektive startplats.

**Spiklängder:** Löpgrenar max 6 mm, hoppgrenar och spjut max 9 mm.

**Resultat:** Anslås på anslagstavlan bakom målhuset.

**Prisutdelning:** Priser till de 3 främsta i klasserna 9 – 17år samt Para Run. Sker i direkt anslutning till avslutad gren. I senior samt veteranklasser pris till enbart segraren. Tävlade i 9 årsklasserna får en överraskning i cafeterian vid uppvisande av nummerlapp.

**Teknikgrenar:** Alla deltagare i klasserna 9 – 11 år har 4 försök. Klasserna 13 år och uppåt har alla 3 försök därefter har de 8 bästa ytterligare 3 försök.

**Hoppgrenar:** Ingångshöjder/höjningsschema kommer anpassas efter deltagarna på plats. Tidigare har följande höjder tillämpats:

Höjd: F9 82cm, F11 87cm, F13 107cm, F15 117cm, KS Valfri, P9 82cm, P11 87cm, P13 107cm, P15 107cm, MS Valfri

Tresteg: Plankavstånd (7.5m målad, 9m plank, 10.5 målad, 12m plank) anges i samband med upprop. Hoppordning kommer styras av valt plankavstånd.

**Servering:** vi säljer hamburgare, korv, smörgåsar, bullar, dricka och kaffe m.m.  
Vi tar Swish!

**Sjukvård:** Sjukvårdare kommer finnas på arenan. Nås genom tävlingsledaren på mobil 0708-86 99 66

**Kontaktperson och information:** Lars Axelsson. Tel.0708-869966

**Övrigt:** Försäljning av idrottsmateriel (Idrottsspecialisten),