

PM

Distriktskampen 15 januari 2022

Arrangör: Västsvenska friidrottsförbundet

Deltagande distrikt:

Bohuslän-Dal, Halland, Västergötland, Värmland

Arena:

Rimnershallen, Rimnersgatan 11, 451 52 Uddevalla

Parkering finns vid Rimnershallen.

Restriktioner

På tävlingsarenan får endast finnas aktiva, funktionärer och ledare/tränare

Funktionärer och ledare/tränare skall bära munskydd, samt använda handsprit

Tillresta chaufförer (nödvändiga för arrangemanget) får befinna sig på andra våning, och måste bära munskydd och **visa vaccinpass**.

I övrigt ingen publik.

Kontroll av vaccinpassen utförs vid ankomst till Rimnershallen. Munskydd kan tillhandahållas.

Omklädningsrum

Två omklädningsrum finns för varje distrikt.

Servering

Det finns en kiosk där man kan köpa lättare förtäring

Publik

Ingen publik tillåts på tävlingen. Enbart aktiva, funktionärer och ledare

Samling lagen

Finns läktare i B-hallen där aktiva och ledare kan samlas som inte tävlar.

Sena ändringar av laguppställning görs snarast möjligt i sekretariatet, på andra våning

Uppvärmning sker i B-hallen som finns på våning 2 i Rimnershallen

Spikskor:

Får endast användas i friidrottsarenan. OBS Inte på våning två eller i uppvärmningshallen.

Upprop görs av grenledare i B-hallen 20 minuter för grenstart. I stav 40 min innan.

Aktiva följer sedan grenledaren ner till tävlingsarenan

Nummerlappar Endast på medeldistansloppen. Delas ut vid uppropet

Löpning

60m, 60m häck: Två heat per klass. Varje distrikt har en löpare i varje heat.
Vid två vakanser eller mer: Endast ett heat.

200 meter: Tre heat per klass (så att vi slipper använda bana 1)
Vid två vakanser eller mer: Endast två heat.

Medeldistans: Ett lopp per klass

Stafett 6 x 200m: Springs i ordningen F13, P13, F15, P15, F17, P17.
Första sträckan och andra sträckans första kurva på skilda banor.
Laguppställningar lämnas till sekretariatet.

Stav

Öppningshöjden bestäms av grenledaren. Varje höjning därefter 10 cm.
Alla tolv hoppare tävlar i samma klass. Resultaten räknas sedan om med
ålderskoefficient enligt Tyrvingtabellen

Höjd Öppningshöjden bestäms av grenledaren. Sedan 4 cm-höjningar.
Siste kvarvarande hoppare i sin klass kan välja egen höjd

Längd Alla deltagare får sex hopp var. P/F13 hoppar med zon

Kula Alla aktiva får sex stötar var

Redskapsvikter

	13	15	17
P	3kg	4kg	5kg
F	2kg	3kg	3kg

Distriktskampen

Poängräkning: 8,7,6,5,4,3,2,1

För stav: 12,11,10,9,8,7,6,5,4,3,2,1

Kontakt

Tommy Dahlbom 0738355389 tommy.dahlbom@gmail.com