



PM för Lilla McDonaldsspelen 11.e Sep 2022

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

Trollhättan Friidrottsklubb hälsar alla varmt välkomna till den 14.e upplagan av Lilla McDonaldsspelen. Tävlingen genomförs på Edsborgs IP i Trollhättan.

Målet är att genomföra en tävling som känns bra för alla deltagare med betoning på att ha kul och i viss mån det egna resultatet. Vilken placering som man hamnar på är inte så viktigt. Alla ska känna sig sedda och uppskattade

För att underlätta vill vi att ni tar del av de anvisningar som finns i detta PM. Funktionärerna kommer att vara toleranta mot fel men tävlingen kommer att gå mycket smidigare om man har lite koll.

Omklädning: Begränsat antal omklädningsrum finns tillgängliga i läktaren. Ingång från baksidan.

Toaletter: Toaletter finns på läktaren, i omklädningsrummen samt i anslutning till ingången på arenan.

Uppvärmning: All uppvärmning sker på angränsande utrymmen. OBS! Det kan förekomma fotboll på fotbollsplanerna under dagen. Vi ber alla att respektera att fotbollsspelarna har företräde till dessa ytor. Konstgräs och övriga gräsytor går att använda för uppvärmning då fotboll ej pågår.

Avprickning: I målhusbyggnaden nedre plan ("häckförrådet"). Endast i löpgrenar. Senast 1 timme före start. För grenar som startar före 10.30 gäller 45 min. Kom i tid! Ledare uppmanas att aktivt stryka deltagare som ni vet inte kommer att delta. Anledningen är att vi då får en roligare tävling med färre banor som går tomma.

Nummerlappar: Hämtas i anslutning till avprickningen bakom målhuset. Exakt plats beror på väder.

Tillgång till tävlingsområdet mm:

Det är många anmälda till årets tävling med risk för att det kan bli trångt på vissa ytor. Visa respekt mot andra aktiva genom att inte uppehålla er på innerplan då man själv inte tränar.

Upprop: Genomförs 10 min före grenstart på plats för grenen.

Efteranmälan: Efteranmälan sker i mån av plats mot dubbel avgift i sekretariatet i målhuset på andra våningen. Senast 1 timma innan start. Vid kontant betalning går det bra med swish.

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

Sulans tjocklek: OBS!!! SFIF nya regler om sultjocklek gäller. Max 20mm för teknikgrenar och löpgrenar upp till 600m. För tresteg och löpgrenar från 800 m och uppåt gäller max 25 mm

Resultat: Anslås på anslagstavlan bakom målhuset. På barntävlingar förespråkar SFIF att sammanställda resultatlistor ej skall presenteras. Resultatlistor kommer därför att presenteras i bokstavsordning och endast på tävlingsdagen. Efter genomförd tävling kommer resultatlista att insändas till SFIF och ligga till grund för redovisning av den aktives personliga rekord.

Prisutdelning:

Gemensam prisutdelning genomförs kl 13.00 på banorna framför läktaren. Tävlingen pausas under denna tid. Barnen kommer att ställas upp på två led och alla kommer att få medalj.

Grenkollision: Om grenkollision inträffar är vår princip att löpning går före teknikgren. Meddela grenfunktionär så hjälps vi åt att lösa problemet.

Teknikgrenar: Alla deltagare har 4 försök.

Kastgrenar: Vi tillhandahåller bollar och kulor

Höjd: Höjningsschema beslutas före tävlingsstart och anpassas till deltagarnas önskemål. Yngre klasser kommer att få hoppa på den lilla mattan.

Försäljning: Lelle från "Idrottsspecialisten" i Uddevalla säljer skor mm.

Servering: Vi har en välutrustad servering där det går att köpa kaffe, fikabröd mm. Vår extraordinära hamburgare grillas som vanligt. 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