

Tidsprogram BorgRacet 2021 (version 1.0, 200526 kl 21:00)

Tidsprogram BorgRacet 2021

Tid	PF11 Mix 1	P13	F13	P15	F15	P17	F17	P19	F19	Tid	Tid	Löp	Längd B	Spjut C, Boll C	Kula A	Diskus C	Tid
09:30										09:30	09:30						09:30
09:50	60m (2h,mix,8)			Längd B(3)	Längd B(2)		Längd B(1)			09:50	09:50	P/F11 60m(2h,8)	P15(3),F15(2), F17(1)				09:50
10:10										10:10	10:10						10:10
10:15	Boll C (8st)	60m (2h,8)								10:15	10:15	P13 60m (2h,8)		P11,F11 Boll C (8st)			10:15
10:25			60m (1h,3)							10:25	10:25	F13 60m (1h,3)					10:25
10:30										10:30	10:30						10:30
10:35				80m(1h,3)						10:35	10:35	P15 80m(1h,3)					10:35
10:40					80m(1h,1)					10:40	10:40	F15 80m(1h,1)					10:40
10:50						100m (1h,1)		100m(1h,1)		10:50	10:50	P17,P19 100m (1h,2)					10:50
10:55							100m (1h,1)			10:55	10:55	F17 100m (1h,1)					10:55
11:05	600m (1h,8)									11:05	11:05	P/F11 600m (1h,8)					11:05
11:10		Spjut C (2)	Spjut C (1)	Spjut C (1)			Spjut C (1)	Spjut C (1)		11:10	11:10			P13(2),F13(1), P15(1) F17(1),P19(1)			11:10
11:15		600m (1h,3)								11:15	11:15	P13 600m (1h,3)					11:15
11:20										11:20	11:20						11:20
11:25			600m (1h,1)							11:25	11:25	F13 600m (1h,1)					11:25
11:30									FRun 100m (1h,1)	11:30	11:30						11:30
11:45	Längd B (8)	Längd B (4)								11:45	11:45	K FRun 100m (1h,1)	P13(8), F13(4)				11:45
11:50										11:50	11:50						11:50
12:00								200m (1h,5)		12:00	12:00	P19 200m (1h,5)					12:00
12:05									200m(1h,3)	12:05	12:05	F19 200m(1h,3)					12:05
12:10										12:10	12:10						12:10
12:15									3000m (1h,2)	12:15	12:15	F19 3000m (1h,2)					12:15
12:25										12:25	12:25						12:25
12:30				Diskus C (1)	Diskus C (1)					12:30	12:30					P15(1),P15(1)	12:30
12:35										12:35	12:35						12:35
12:45									800m (1h,1)	12:45	12:45	F19 800m (1h,1)					12:45
12:55							Längd B (12)	800m(1h, 2)		12:55	12:55	P19 800m(1h, 2)					12:55
13:05								400m (1h,1))		13:05	13:05	P19 400m (1h,1)					13:05
13:10									400(1h,1)	13:10	13:10	F19 400(1h,1)					13:10
13:15									Kula A (3)	13:15	13:15				F19 Kula A (3)		13:15
13:25								400h(1h,1)		13:25	13:25	P19 400h(1h,1)					13:25
13:30										13:30	13:30						13:30

Inom parentes anges aktuellt antal deltagare. OBS! Lågt deltagarantal. Ingen avprickning men upprop 15 min före i löpgrenar. Löpgrenar från 600m skall ha nummerlapp som hämtas i måltornet.

Detta är en resultatövning-ingen prisutdelning!

Upprop 15 min före grenstart i samtliga grenar. Upprop sker utanför tävlingsytan bakom 100m starten (gul grind). Gemensam inmarsch. 6 försök i hopp&kast utom i P11 klassen där 4 försök gäller.

Längddrop väljs med hänsyn till vindriktning senast 2 tim före start.

Viktigt att avspärrningar respekteras. Detta är en säkerhetsfråga!

Covidinformation: Korn ombytt. Inga omklädningsrum är öppna. Respektera avstånd och medtag handsprit för att kunna tvätta händer och redskap. Medtag egen mat/fika då vi inte har någon försäljning. Ingen publik. Observera att läktaren är stängd. Läktarens toaletter kan nyttjas.

Arenan delas in i zoner. Zon A=Halvmånen vid målet, Zon B=Längdhopp längsida, Zon C= Kastområdet. Max 12 aktiva i varje zon. Respektera vakternas anvisningar. Uppvärmning skall ske utanför tävlingsytan. Tänk på att hålla avstånd. Konstgräset kan med fördel användas då fotboll ej pågår.

Tillträde till tävlingszon gäller endast aktiva 15 min före resp start till genomförd gren. Aktiva ombuds lämna tävlingszon och även arena så snart möjligt efter genomförd tävling.