



VELLINGE INDOOR VELLINGE INDOOR



Lördag den 6 februari 2010, starttid kl 9.30

IK Finish hälsar alla välkomna till tävlingen i Södervångshallen

- Efteranmälan** Efteranmälan i mån av plats på tävlingsdagen t. o. m. en timme före resp start.
Kontant betalning, 120:- för seniorer, övriga klasser 100:-.
- Omklädnad** Omklädningsrum finns i Södervångshallen.
- Startlistor** Startlistor för samtliga grenar finns uppsatta på anslagstavlor vid entrén.
Startlistor finns även på IK Finish hemsida.
- Avprickning** Senast 45 minuter före start i resp. klass sker avprickning i löpning. Saknas bästa resultat på listan skriv in det.
- Uppvärmning** Uppvärmning kan genomföras både i tennishallen och friidrottshallen (se bifogad skiss). Observera att spikskor INTE får användas i tennishallen.
- Upprop** 10 minuter före start är det upprop vid respektive grens startplats.
- Spikar** Max 6 mm i löpgrenar. Max 9 mm i hoppgrenar.
OBS ! Enbart spikskor i friidrottshallen (den röda golvbeläggningen).
- Tidtagning** Eltidtagning i löpning.
- Kansli** Vid frågor på tävlingsdagen, vänd Er till kanslipersonalen. Kansliet finns beläget mellan friidrottshallen och tennishallen (se bifogad skiss).
- Regler** SFIF:s tävlingsregler gäller. Dock anordnas inte semifinaler i 60 m eller final i 60 m häck. Se beskrivning nedan.
- 60 m** **Till final: 2 försök** 1-2 i resp. heat + två tider till **final**
3 försök 1 i resp. heat + tre tider till **final**
4 eller fler försök 8 bästa tiderna **A-final**, 9-16 **B-final**
Om det enbart blir ett försöksheat så löps finalen på försökstid enligt tidsprogram
- 60 m häck** Ingen final i 60 m häck utan om det blir fler än 6 deltagare så avgörs detta i B och A final.
- Höjd** **P15** 140-145-150-155-158-161 + 3 cm **F15** 130-135-140-144-148-151 + 3 cm
P17 150-155-158-161-164-167 + 3 cm **F17** 140-145-148-151-154-157 + 3 cm
MS 161-167-173-176-179-182 + 3 cm **KS** 148-154-160-163-166-169 + 3 cm
- Kula** Följande vikter gäller: **2,0 kg** - P9, F9, P10, F10, P11, F11, F12, F13
3,0 kg - P12, P13, F14
4,0 kg - P14

VELLINGE INDOOR

VELLINGE INDOOR

- Resultatlista** Resultat redovisas efterhand på anslagstavlorna samt på vår hemsida.
- Prisutdelning** Medaljer erhåller de tre bäst placerade i respektive gren i klasserna 9-15 år. I övriga klasser är det medalj till segraren. De som sätter nytt hallrekord erhåller också ett presentkort som gäller på Intersport.
- Servering** Förtäring, såsom korv, frallor, kaffe, läsk och godis finns till försäljning.
- Upplysningar** IK Finish kansli, 040-42 14 02
- Tävlingsledning** Anders Olsson, IK Finish, tel. 0733-573 447 (OBS tel endast tävlingsdagen)

VÄLKOMNA TILL VELLINGE INDOOR 2010

SKISS SÖDERVÅNGSHALLEN

