

# IF GÖTA



# KARLSTAD

## TRÄNINGSTÄVLING I EVA LISA HOLTZ ARENA – 2 december 2023

Lördagen den 2 december är alla söndagskulsgrupper och fredagsgrupper inbjudna till Träningstävling i Eva Lisa Holtz arena! Ett perfekt tillfälle att vara med på, oavsett om det är första tävlingstillfället eller om man varit med på tävling tidigare.

### **Följande grenar finns att välja på:**

Pojkar 7 / Flickor 7 (2017): 60m, 200m, längd, kula

Pojkar 8 / Flickor 8 (2016): 60m, 200m, längd, kula

Pojkar 9 / Flickor 9 (2015): 60m, 200m, längd, kula

Pojkar 10 / Flickor 10 (2014): 60m, 200m, längd, kula

Pojkar 11 / Flickor 11 (2013): 60m, 200m, längd, kula

Pojkar 12 / Flickor 12 (2012): 60m, 200m, längd, kula

Pojkar 13 / Flickor 13 (2011): 60m, 200m, längd, kula

Man är med på de grenar man vill, men provar med fördel alla! Fokus är att ha skoj, jaga sina egna rekord och att våga testa nya saker!

### **Anmälan**

Anmälan skickas till respektive gruppmail senast 24 november.

I anmälan ska följande anges: barnets namn, födelseår samt vilka grenar barnet önskar att vara med i.

14-gruppen – ifgota14@gmail.com

13-gruppen – ifgota13@gmail.com

12-gruppen – ifgota12@gmail.com

11-gruppen – grupp11.ifgota@gmail.com

För de grupper som inte har någon mail ännu skickas anmälan till [tavlingsanmalan@ifgota.se](mailto:tavlingsanmalan@ifgota.se)

### **Tidsprogram och PM**

Några dagar innan tävlingen (senast 29/11) kommer tidsprogram och PM finnas tillgängligt på hemsidan. Tidsprogram skapas efter sista anmälningsdagen, eftersom man behöver veta hur många deltagare det är i varje klass. Starttider kan inte meddelas innan det.

Tävlingen pågår ungefär mellan klockan 10:00-15:00. Kom ihåg att vara på plats i god tid innan barnet har sin första grenstart för att hinna värma upp och pricka av sig.

### **Avprickning och upprop**

Alla tävlande måste pricka av sig innan tävlingen. Det görs på tävlingsdagen på [www.easyrecord.se](http://www.easyrecord.se) senast 30 minuter innan start.

Upprop sker vid respektive tävlingsgren 10 minuter innan start.

### **Funktionärer**

Träningstävlingen är ett toppentillfälle för föräldrar att lära sig mer om hur det går till på en friidrottstävling. Samtidigt som föräldrar hjälper till som funktionärer kommer de också kunna hejar på barnen. Det blir kul för både barn och vuxna! Medan barnen värmer upp kommer föräldrarna få en genomgång om vad det innebär att vara funktionär.

Kom ihåg att ta med något att äta. Tävlingen kommer pågå några timmar och lite extra energi kan behövas för både tävlande barn och funktionärer.

Välkomna till en ny rolig dag i Eva Lisa Holtz arena!

/IF Göta Karlstad