IF GÖTA KARLSTAD

PM/tävlingsinformation

IF Göta Karlstad hälsar deltagare, funktionärer och publik varmt välkomna till Götas Träningstävling, söndagen den 22 november i Eva Lisa Holtz arena!

För att tävlingarna ska flyta på är det viktigt att ni läser igenom PM och tidsprogram noga. Hjälp oss att hålla tiderna genom att vara på plats i god tid.

OBS! Avprickning i alla grenar senast 30 min före start. Avprickning når man via easyrecord.se. Hitta rätt tävling och klicka på ”Avprickning”. Länken aktiveras vid midnatt lördag-söndag.

Avprickning:	I alla grenar senast 30 min före start. Vuxna/föräldrar hjälper sitt barn att pricka av sig på. Länk till avprickning kommer finnas på plats.
Upprop:	Sker 10 minuter före start vid respektive gren
Efteranmälan:	Kan tas emot på plats, senast 45 minuter innan grenstart
60 m:	Ett lopp för samtliga deltagare. Inga finaler.
200 m:	I klasserna F/P7 till F/P11 använder vi stående start och flera löpare per heat (gemensam start). I F/P12 och F/P13 gäller enskild bana och startblock används om det önskas.
Längd:	Längd kommer hoppas i två gropar. Längd 2 (på innerplan) och längd 4 (utanför 200m-banan). 7 – 11 år: Fyra hopp för samtliga. 12 år och äldre: Tre hopp + tre finalhopp för de åtta främsta.
Kula:	7 – 11 år: Fyra stötar för samtliga. 12 år och äldre: Tre stötar + tre finalstötar för de åtta främsta.
Priser:	Deltagarmedalj till alla.

IF GÖTA KARLSTAD

Resultat: Resultatlista finns att ta del av på easyrecord.se under tävlingsdagen. För att följa svensk friidrotts riktlinjer vad gäller tävlingar för barn kommer resultatlistorna för barn upp till 11 år att tas bort dagen efter tävlingen. Individuella resultatkort kommer fortfarande gå att ta del av på www.easyrecord.se Länk till resultaten kommer finnas på plats.

Omklädning: Omklädningsrum finns i anslutning till entrén.

Parkering: Parkering finns utanför Eva Lisa Holtz arena. Glöm inte betala parkeringsavgift!

Kiosk: Vi kommer att hålla kiosken öppen med självservering och swish.

Matsäck: Ta med matsäck så ni klarar dagen. Det är viktigt att vi intar matsäcken på plan två samt på träläktaren i dess anslutning så vi inte riskerar spilla på de nya banorna.

Klubbkläder: En bra julklapp kan vara föreningens klubbkläder. Det finns möjlighet att testa storlekar under dagen. Provkollektionen finns i förråd 2.

Funktionärer: 20 minuter innan respektive grenstart kommer föräldrar få en introduktion om vad det innebär att vara funktionär.

VI HOPPAS PÅ TREVLIGA TÄVLINGAR OCH ÖNSKAR SAMTLIGA DELTAGARE LYCKA TILL!