

IF GÖTA



KARLSTAD

TRÄNINGSTÄVLING I EVA LISA HOLTZ ARENA – 14 april 2024

Söndagen den 14 april 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 häck (40cm), längd, 200m

Pojkar 8 / Flickor 8 (2016): 60m häck (40cm), längd, 200m

Pojkar 9 / Flickor 9 (2015): 60m häck (40cm), längd, 200m

Pojkar 10 / Flickor 10 (2014): 60m häck (50cm), tresteg, 400m

Pojkar 11 / Flickor 11 (2013): 60m häck (50cm), tresteg, 400m

Pojkar 12 / Pojkar 13 (2012): 60m häck (76,2cm), höjd, 600m

Flickor 12 / Flickor 13 (2011): 60m häck (68,6cm), höjd, 600m

För åldersklasserna P/F7 – P/F11 är det plasthäckar på 60m häck

För åldersklasserna P/F12 – P/F 13 är det riktiga tävlingshäckar i 60m häck

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 7 april.

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

Parafriidrott – parafriidrott@ifgota.se

För de grupper som inte har någon mail ännu skickas anmälan till

tavlingsanmalan@ifgota.se

Tidsprogram och PM

Några dagar innan tävlingen (senast 11/4) kommer tidsprogram och PM finnas tillgängligt på hemsidan. Tidsprogram skapas efter sista anmälningdagen, eftersom man behöver veta hur många deltagare det är i varje klass. Starttider kan inte meddelas innan det.

Tävlingen pågår ungefär mellan klockan 10:00-14:30. Tänk på att barnen ska hinna värma upp och pricka av sig innan tävlingen startar. Var på plats 45 minuter innan första grenstart.

Avprickning och upprop

Alla tävlande måste pricka av sig innan tävlingen. Det görs på tävlingsdagen på www.easyrecord.se senast 45 minuter innan start.

Upprop sker vid respektive tävlingsgren 10 minuter innan start.

Funktionärer

Träningsstävlingen 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