

Tidsprogram Julichansen # 4

Torsdag 22/7



Tid	Löpning	Hopp	Kast
17.00		K tresteg (8)	F13/F15/M slägga (3+3+1)
18.15		M tresteg (7)	F17/K/P17 slägga (3+4+1)
18.40	M 60m (5)		
18.50	K 60m (4)		
19.10	M 80m (5)		
19.15	K 80m (3)	F13 tresteg (4)	
19.30			F15/K/P17 kula (3+3+2)
19.35	M 100m (20)		
19.50	K 100m (20)		
20.25	M 100m C-B-A-final		
20.30			F13/F17/M kula (4+2+5)
20.40	K 100m C-B-A-final		

PM och information

Avprickning och upprop

Avprickning i löpgrenar 60 minuter före start. Avprickningslistor finns uppsatta från kl. 17.00 bakom måltornet. Upprop på tävlingsplatsen 10 minuter före start i löpgrenar och 15 minuter före start i teknikgrenar.

Efteranmälan

Endast möjlig i mån av plats mot dubbel avgift. Efteranmälan görs till anmalan@rabyrekarne.se före tävlingen eller en trappa upp i måltornet under tävlingen.

Invägning

Invägning av egna redskap senast 60 min före grenstart bakom läktaren.

Uppvärmning

Utanför arenan på grusvägar och gräsplaner.

60m och 80m

Final direkt.

100m

Försök och final. Lottning sker i omgång ett och försökstiden avgör seedning till final. Finalen avgörs i A-B-C-finaler, där C-finalen avgörs först.

Tresteg

F13

Fyra försök vardera.

K/M

Tre försök vardera. Därefter får de åtta bästa ytterligare tre försök.

Kula

F13

Fyra försök vardera.

15år och äldre

Tre försök vardera. Därefter får de åtta bästa ytterligare tre försök.

Slägga

F13

Fyra försök vardera.

15år och äldre

Tre försök vardera. Därefter får de åtta bästa ytterligare tre försök.

Hjälp av funktionärer

Råby-Rekarne FIF har ansvariga funktionärer/domare på plats. Dock kan föräldrar/ledare behöva hjälpa till med lättare funktionärssysslor under tävlingen. Prata med grenledaren på respektive gren.

Resultat

Kan följas live via webathletics.se.

Allmänt

Stanna hemma om du är sjuk eller upplever symtom på sjukdom! Det kommer att finnas handdesinfektion utplacerat på ett antal platser på arenan. Alla som befinner sig i och i anslutning till tävlingsarenan har ett eget ansvar att följa de regler och riktlinjer som finns för arrangemanget och från Folkhälsomyndigheten. Om skyltning och regler på arenan inte efterföljs riskerar man att bli avisad från arenan.

Varmt välkomna till Ekängens Friidrottsarena i Eskilstuna!

