

Tidsprogram Julichansen # 1

Torsdag 1/7



Tid	Löpning	Hopp	Kast
17.00			F13/F15/P15/P17 kula (6+4+1+1)
18.00		F13/P13 längd (4+3)	
18.20	M 100m (4)		F13/F15/P15 slägga (3+7+1)
18.30	K 100m (7)		
18.45	M 80m (2)		
18.55	K 80m (2)		
19.10	K/M 60m (1+2)		
19.20		K/M längd (7+8)	
19.30			F17/K/P19 slägga (2+7+1)

PM och information

Avprickning och upprop

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

Invägning

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

Uppvärmning

Utanför arenan på grusvägar och gräsplaner.

Längd

F13/P13

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!

