

Tidsprogram Råbyhoppet

Söndag 10/7

Tid	Löpning	Hopp	Kast
11.00			F17/K Slägga (3+5)
12.00		K/M Tresteg (10+4)	
13.30		M Längd (9)	
14.30		K Längd (11)	
15.00	M 110m häck (5)		
15.30	M 100m (8)		
15.40	K 100m (8)		

PM

Avprickning och upprop

Avprickning i löpgrenar 60 minuter före grenstart på listor uppsatta vid måltornet.
Upprop i samtliga grenar 10 minuter före start.

Invägning av redskap

Senast 60 minuter före start på baksidan av läktaren.

Uppvärmning

På borte långsidan, eller utanför arenan på grusvägar och gräsplaner.

Resultat

Resultaten hittar ni på webatletics.se under och efter tävlingen.

Livesändning

Hopp och sprint kommer att livesändas på Friidrottskanalen.

Toaletter

Toaletter finns på kortsidan och baksidan av huvudläktaren.

Försäljning

Försäljning av kaffe, te samt korv kommer att finnas.

