

Tävlings-PM Tidiga Vinterspelen-18 Lördag den 24 november 2018.



- Nummerlappar** Hämtas föreningsvis direkt vid ingången till friidrottshallen.
Återlämnas efter tävlingens slut för kommande tävlingar.
- Avprickning** Personlig endast i löpningar, 45 min före start, på väggen direkt vid ingången till hallen.
- Upprop** Ca 5 min före start vid respektive startplats.
- Efteranmälan** Senast 60 min före grenstart. Efteranmälan i mån av plats och mot dubbel anmälningsavgift. Sker vid sekretariatet på läktaren.
- Prisutdelning** De tre första i varje klass erhåller medalj förutom PF9 och Mixed där alla får pris. Sker efter hand som resultaten färdigställs
- Resultat** Publiceras på [Resultat Umedalens Vinterspel 2018](#)
- Omklädnad** Omklädningsrummen direkt till höger vid entrén.
- Servering:** Kaffe, dryck, smörgås och korv finns att köpa på läktaren.

60m De åtta bästa tiderna till final. Vid åtta eller färre avprickade = final direkt på försökstid. PF9: Inga finallopp. Samlad resultatlista

60mh Inga finallopp. Samlad resultatlista. **PF11 60mh** – kommer att använda aluminiumhäck.

Racerunning 60m. Springer final direkt, Samlad resultatlista.

200m Inga finallopp. Samlad resultatlista.

800m, 1000m, 1500m Gemensam bana från start. Samlad resultatlista.

Höjd Höjningsschema, se nedan.

Det går bra att börja på en lägre ingångshöjd, bara det stämmer med schema. Tex F13 105 cm.

Längd

I klass PF9 och har alla tre hopp och ingen finalomgång.

I klass PF11 har alla fyra hopp och ingen finalomgång.

I klass PF13 och uppåt hoppar alla tre hopp därefter går de åtta bästa till final och får då ytterligare tre hopp.

Kula

I PF9 gör alla **tre** prickstötter och ingen finalomgång

I klass PF11 gör alla **fyra** stötter och ingen finalomgång.

I klass PF13 och uppåt stötter alla tre stötter därefter går de åtta bästa till final och får då ytterligare tre stötter.

I klass Mixad (funktionsnedsättning) gör alla **fyra** prickstötter

Flera grenar.

Vid deltagande i fler grenar prioriteras löpning. Om den tävlande måste gå ifrån en teknikgren, kastar eller hoppar hen sist i omgången när hen återkommer till respektive gren. Hinner hen inte det, så stryks hen från den omgången och fortsatt hopp eller kast sker i nästa omgång.

Klass	Häckhöjd	Häckavstånd	Kulvikt	Längd	Höjd
P9	---	---	~2 kg	Hoppzon	
P11	~60 cm	~11,00/ 7,00	2 kg	Hoppzon	- 5cm ... -105-110- 115 - 118- 121- ... + 3cm
P13	76,2 cm, 6st	11,75 / 7,65	3 kg	Hoppzon	- 5 cm ... 111- 116- 121- 126 - 129- 132 ... + 3cm
P15	84 cm, 5st	13,00 / 8,50	4 kg	Planka	- 5 cm ... 122- 127 - 132- 137 - 140- 143- 146 ... + 3cm
P17	91,4 cm, 5st	13,72 / 8,90	5 kg	Planka	- 5 cm ... - 127 - 132- 137 - 140- 143- 146.-149-151- + 3cm
P19/ M	P19 100m	P19 13,72/9,14	6kg/7,26kg	Planka	
F9	---	---	~2 kg	Hoppzon	
F11	~60 cm	~11,00/ 7,00	2 kg	Hoppzon	- 5cm ...-105-110- 115 - 118- 121-... + 3cm
F13	68,6 cm, 6st	11,75 / 7,65	2 kg	Hoppzon	- 5cm... 111- 116- 121- 126 - 129- 132 ... + 3cm
F15	76,2cm, 5st	12,00 / 8,00	3 kg	Planka	- 5 cm ... 122-127-132- 137 - 140- 143... + 3cm
F17	76,2cm, 5st	13,00 / 8,50	3 kg	Planka	5 cm ... - 127 - 132- 137 - 140- 143- 146.-149-151-+ 3cm
F19/ K	84cm 5 st	13,00 / 8,50	4 kg	Planka	