

SM-JSM-USM i Mångkamp 10-11 september 2016



PM

Falu IK Friidrottsklubb hälsar er alla välkomna till Falun och SM-JSM-USM i mångkamp på Lugnets friidrottsarena

Vägbeskrivning: Följ skyltning mot Lugnet. Friidrottsarenan ligger mellan bandyarenan och tennishallen. Det finns dock ingen parkering i direkt anslutning.

Parkering: Avgiftsfri parkering finns vid ishallen, ca 100 m från arenan. Följ skyltning till ishall. Ni som bor på Scandic Hotell parkerar bäst där.

Tävlingsstart: Tävlningen startar lördagen den 10 september kl 10.00.

Starttider	Lördag	Söndag
M, M22	10.00	10.10
P19	10.10	10.00
P17, P16	11.50	11.00
P15	11.00	12.00
K, K22, F19	11.30	11.30
F17, F16	10.20	10.00
F15	11.20	11.00

Sista grenstart söndag är planerad för M, M22, P19 kl 16.30.

SM-JSM: Alla deltagare i klasser som tävlar med seniorbetingelser (M+M22, K+K22+F19) tävlar om seniormästerskapet.

Tidsprogram: Förutom starttiderna för första gren respektive dag är tiderna ungefärliga. De baseras på tidigare års SM-tävlingar. Exakt starttid meddelas via speaker.

Avprickning: Sker på tävlingsexpeditionen i målhuset och görs av den aktive med personlig namnteckning senast 60 min före grenstart. Inför varje delgren sker muntligt upprop.

Efteranmälan: Accepteras i mån av plats senast 60 min före grenstart till en avgift av 400 kr.

Upprop: 15 min före grenstart på respektive tävlingsplats. Innan första gren respektive dag sker även kontroll av kläder/utrustning och nummerlapp.

Nummerlappar: Delas ut i samband med avprickning på tävlingsexpeditionen i målhuset.

Omklädning: Sker i intilliggande Falu Tennis- och idrottscenter. Toaletter finns även ute vid bandyarenan.

Uppvärmning: Kan ske på ytor i anslutning till arenan samt i friidrottshallen.

Samkörning av klasser: Vi kommer att till stor del samköra följande klasser: M+M22+ P19, P17+P16, K+K22+F19 samt F17+F16.

Egna redskap: Kontroll av egna tävlingsredskap sker senast 60 min före grenstart. Inlämning sker hos tekniske ledaren vid tävlingsförrådet. Redskapen får även användas av andra tävlande. Arrangören ersätter ej ev skador som kan uppkomma på egna redskap.

Genomgångshöjder:**Höjd** (3 cm höjning) 130-160-190 (samtliga klasser)**Stav** (10 cm höjning) 302-352-402 (samtliga klasser)**Allmänna tävlingsbestämmelser:**

Tävlande skall bära reglementsenlig klubbdräkt.

Nummerlapp skall bäras väl synlig på bröst (rygg i stav) och reklamen får ej vikas in.

Reklam på överdragskläder och väskor skall vara i enlighet med SFIF:s regler.

Högst tillåtna spiklängd är 7 mm i löpningar och 9 mm i hopp/kast.

Inga egna redskap, förutom stavar, får tas med in på tävlingsarenan av den aktive.

Inga ledare/tränare eller ej tävlande aktiva får vistas på innerplanen.

Protest: Protest under pågående tävling ska först göras muntligen till ansvarig grenledare. Skriftlig protest lämnas till tävlingsledningen på tävlingsexpeditionen senast 30 minuter efter att resultatet anslagits. Protestavgift 500 kronor erläggs kontant. Avgift återbetalas om protest medför ändrat domslut.

Dopningskontroller: Kommer ev att genomföras.

Prisutdelning: Sker direkt efter avslutad mångkamp. Medaljer till de tre främsta.

Kiosk: Enklare kioskförsäljning, korv, kaffe, dricka, mm, finns vid 200m starten. Kontant betalning eller swish. Matsservering finns i Visitor Center, vid simhallen, på Lugnet samt på Scandic hotell för er som förbeställt.

Boende:

För er som ännu inte bokat boende så rekommenderas Scandic Hotell, Lugnet, på gångavstånd till arenan, telefon 023-669 22 00.

Pris med helpension:

940:-/enkelrum, 640:-/person i delat dubbelrum, 575:-/person i delat trebäddsrum,

De som inte vill bo med helpension kan boka med förbundets rabatt som är 10% på ordinarie pris.

Upplysningar:

Ulrik Mattisson, telefon 0730 684 862

Välkomna till Falun och Mångkamps-SM 2016!

