



PM Pallaspelen



25-26 januari 2020

IK Pallas, IK Finish, Heleneholms IF och IFK Lund

Hälsar aktiva och ledare välkomna till Malmö!

Atleticum

Frïdrottshallen ligger placerad mellan Malmö Stadion och gamla Kombihallen på stadionområdet.

Omklädning

All omklädning kan ske på Atleticum

Uppvärmning

Uppvärmning får ske i Löpargången under Malmö Stadion eller utomhus.

Nummerlappar

Från och med i år skall **alla** använda nummerlappar, delvis beroende på Webb-sändningen. Dessa delas ut vid utlämningsplats vid sidan om kiosken. Nummerlappar hämtas ut klubbvis.

Avprickning /Upprop

Avprickning sker endast i löpgrenar 60 min före starttid. Avprickningslistor finns uppsatta i tävlingshallen. De som ej lämnat personbästatider vid anmälan ombedes göra detta på avprickningslistan för seedning. Gäller 200m och längre.

Muntligt upprop för samtliga grenar utom stavhopp sker vid startplatsen. Uppropet sker 15 min. före resp. grens start.

Stavhoppare - Upprop sker 60 min före start.

Spikskor

I hoppgrenar max 9 mm, i löpgrenar max 6 mm.

Kvalificering

I 60 m och 60 m häck genomförs försök och final. I några klasser kommer det att genomföras A-, B- och C-finaler. Samtliga finalkvalificeringar baseras på försökstiden. I försöken avgörs inplacering i resp. heat genom slumpvis lottnings. Inplacering i A-, B- resp. C-final sker enligt följande:

1-8 i A-final, 9-16 i B-final, 17-24 i C-final osv. Antalet finaler beror på antalet försöksheat i resp. gren enl. följande: -4 heat A-final, 5-8 heat A-B-final osv. Utgår försök så springs finalen på försökstiden. Utgår försök för 60 m häck för 19 års och seniorklassen kommer ett extra lopp att genomföras, anmälnings i samband med avprickning. 200 m och däröver baseras inplaceringen i heaten av de insända bästatiderna. Då mer än en final förekommer, kommer finalerna att löpas i omvänd ordning, dvs A-finalen löps sist i resp. gren.

200 m löps på 4 banor upp till och med 15-årsklass, därefter 3 banor.

Utom tävlan

Extra deltagare, kan endast under speciella omständigheter accepteras, i löpningar kan de inte vidarekvalificera sig och i teknikgrenar skall de inte medräknas vid kvalificering efter 3 omgångar till vidare omgångar.

Ingångshöjder

F12: 105 - 5cm till 135cm, därefter 3 cm.
F13: 115 - 5 cm till 140cm, därefter 3 cm.
F14: 120 - 5 cm till 150cm, därefter 3 cm
F15: 125 - 5 cm till 155cm, därefter 3 cm.
F17: 135 - 5 cm till 160cm, därefter 3 cm.
KS, F19: 140 - 5 cm till 165cm, därefter 3 cm.

P12 110 - 5 cm till 145cm, därefter 3 cm.
P13: 120 - 5 cm till 150cm, därefter 3 cm.
P14: 130 - 5 cm till 155cm, därefter 3 cm.
P17, P15: 135 - 5 cm till 160cm, därefter 3 cm.
MS, P19: 175 - 5 cm till 205cm, därefter 3 cm.

För höjd och stav skall skiljehopp genomföras vid delad 1:a plats för åldersklasserna 17 år och äldre.

Stavhopp

Deltagare ska ta kontakt med hoppledaren i god tid för bestämning av hopphöjder. Lägsta ingångshöjd per gren, se tidsprogrammet.

Längd och tresteg:

Längd 1

Innerplan. Gäller för längd och tresteg från 15-årsklass och äldre.

Längd 2

Vid fönstren närmast huvudentrén, samt tresteg för 14-årsklasserna.

Längd 3

Vid fönstren närmast sekretariatet, samt tresteg för 13-årsklasserna.

Priser

10 - 13 år klasserna- medalj till de 6 främsta
14 - 19 år klasserna- medalj till de 3 främsta
Seniorer - Prischeck till segraren
Veteranklasserna - Medalj endast till segraren

Rekord Pallasspelen

Efter avslutad gren belönas slagna Pallasspelen-rekord enligt följande:
I seniorklass med 3 000:-. Utbetalas som träningsbidrag till föreningen.
I ungdomsklass med 500:-, som presentkort.

Efteranmälan

I mån av plats mot dubbel avgift (betalas kontant eller med kort) OBS efteranmälan kan endast göras vid sekretariatet på tävlingsdagen, dock senast 1 timme före grenstart. Anmälningarna är bindande och ingen återbetalning sker vid avanmälningar eller grenändring när anmälningstiden har gått ut.

Deltagare från utlandet

Skall betala anmälningsavgiften på plats.

Servering

Friidrottshallens servering håller öppet. Där kan du köpa kaffe, lunch mm.

Övrigt

Om försöken utgår genomförs final på försökets starttid.

Alla besökare och deltagare uppmanas att inte ta med värdesaker eller att lämna dessa oövervakade. Arrangören ansvarar inte för ev. stölder eller förluster. Väskor och dylikt får ej tas in på tävlingsbanan.

Vistelse på tävlingsbanan är endast tillåten av aktuella tävlande och funktionärer/domare. Övriga hänvisas till läktaren.

Kontakt

Via mail: pallaspelen@ik-pallas.se eller Maria Kvant: 073 - 141 41 30

Lycka till under helgen!