

PM inför Skarakampen lördagen den 10/9 2011 på Sparbanken Arena i Skara.

Vägbeskrivning E20 norrifrån kör av vid Skara Östra, sväng åt höger och därefter höger igen mot Vilan Fritidsområde. Åk förbi fotbollsplanerna på höger sida. Anläggningen ligger på höger sida och parkeringen på vänster. När ni kommer söderifrån på E20 sväng av vid Skara Östra, kör höger under viadukten. Därefter samma som ovan.

Avprickning: På alla löpgrenar senast 1 timma före start (Grenar som startar innan 10.30, avprickning senast 30 minuter före start.)

Upprop samtliga grenar: 10 min. före start vid resp. startplats.

Priser Delas ut till de tre bästa i varje klass. (DM separat prisutdelning) Prisutdelning sker så snart som möjligt efter avslutad gren.

Sekretariat i "ryttargången".

Nummerlappar Hämtas klubbvis vid sekretariatet.

Omklädning sker i omklädningsrummen under läktaren.

Spiklängder I löpning max 6 mm, i hopp och kast max 9 mm.

Invägning av ev. egna redskap vid sekretariatet i god tid före utsatt start.

Uppvärmning på gräsytor intill arenan.
Vid blöta allvädersbanor rekommenderas spikskor.

Finaler i 80/100m om fler än 6 deltagare tävlar. Till final i löpning går de 6 bästa tiderna. I kast och hopp de 8 bästa till final.

Resultattavlan/avprickning finns uppe på läktaren intill kiosken.

Kiosk uppe på läktaren. **Hamburgare:** Vid sidan om läktaren

Tävlingsledare: Peter Hagström 0511-107 54

Tävlingsjury: Peter Hagström
Gunnar Palmqvist
Representant från annan klubb (utses tävlingsdagen)

Vi ser helst att endast aktiva beträder innerplanen!!
--

Välkomna!

Istrums SK Friidrott