



# PM



## Varbergs GIF Friidrott hälsar er hjärtligt välkomna till Tresteget och andra upplagan av Julbockspelen

- Tävlingsstart:** Lördag 7 december kl 09.30.
- Tidsprogram:** Finns utlagt på vår hemsida från söndag 1 december.
- Parkering:**  
*Personbilar:*  
Parkeringsplatser framför Tresteget/Trönningeskolan samt även på grusplan väster om Tresteget.  
*Bussar:*  
Grusplan väster om Tresteget.
- Sen anmälan:** Anmälan i AthletiComp (nås via vår hemsida) går att göra till och med torsdag 5 december. Därefter endast efteranmälan på plats.
- Efteranmälan på** Tas emot i mån av plats och kan göras på plan 2 ovanför läktaren, till höger, utanför sekretariatet. Efteranmälan senast 45 min före grenstart för de grenar som startar kl 09.30-9.45. För övriga grenar senast 60 minuter före grenstart. Efteranmälningsavgift 170 kr, faktureras i efterhand.
- Information:** På plan 2 ovanför läktaren, till höger, utanför sekretariatet.
- Nummerlappar:** Används av samtliga deltagare och placeras på bröstet. Nummerlappar delas ut vid entrén till Tresteget.
- Omklädning:** Finns i arenan, se skyltning.
- Spiklängder:** För samtliga grenar max nio mm, ej nålspek.
- Uppvärmning:** I idrottshallen, utan spikskor. Efter upprop inne på arenan, med spikskor, på bortre långsidan inför 60 m/60 m häck samt på 60 m-banorna inför 200 m.
- Inhoppning:** I längd och tresteg max två inhopp per deltagare.
- Innerplan:** Vi vädjar till er alla som inte tävlar att visa hänsyn till tävlande och funktionärer. OBS att på innerplan vistas endast de som tävlar för tillfället, samt funktionärer. Övriga håller sig utanför avspärrningen.
- Startlistor:** Presenteras i AthletiComp.
- Avprickning:** Endast i löpgrenar, för löpgrenar med start 9.30-10.00 senast 30 min före start, för övriga löpgrenar senast 60 min före start. Avprickning sker på plan 2 ovanför läktaren, till höger, utanför sekretariatet. Du behöver vara avprickad för att starta i grenen. Ingen ny avprickning inför finaler som föregås av försök.
- Upprop:** Senast 10 minuter före start vid respektive gren. Även om du är avprickad ska du vara på uppropet.

**Seedning:** Tillämpas från åldersklass 13 år och uppåt för de som angett årsbästa vid anmälan eller vid avprickning.

**Finaler:** *I löpning 60 m och 60 m häck:*  
De 8 bästa går till final.  
B-finaler tillämpas vid 4 eller fler försöksheat.

*I löpning 200 m:*  
Finaler direkt. Tider i respektive heat avgör slutplacering.

*Längd, tresteg och höjd:*  
I samtliga klasser går de 8 bästa till final.

**Hopphöjder  
höjd:**  
P17: 1,42 – 1,47 – 1,52 – 1,57 – 1,62 – 1,67 – 1,72 + 3 cm  
P15: 1,27 – 1,32 – 1,37 – 1,42 – 1,47 – 1,52 – 1,57 + 3 cm  
P14: 1,22 – 1,27 – 1,32 – 1,37 – 1,42 – 1,47 + 3 cm  
P13: 1,07 – 1,12 – 1,17 – 1,22 – 1,27 – 1,32 – 1,37 + 3 cm  
P12: 1,02 – 1,07 – 1,12 – 1,17 – 1,22 – 1,27 – 1,32 + 3 cm  
  
F17: 1,27 – 1,32 – 1,37 – 1,42 – 1,47 – 1,52 – 1,57 + 3 cm  
F15: 1,17 – 1,22 – 1,27 – 1,32 – 1,37 – 1,42 – 1,47 + 3 cm  
F14: 1,07 – 1,22 – 1,27 – 1,32 – 1,37 – 1,42 + 3 cm  
F13: 1,02 – 1,07 – 1,12 – 1,17 – 1,22 – 1,27 – 1,32 + 3 cm  
F12: 0,97 – 1,02 – 1,07 – 1,12 – 1,17 – 1,22 – 1,27 + 3 cm

**Resultat:** Visas efter avslutad gren i AthletiComp.

**Resultatlistor:** Anslås på plan 2 ovanför läktaren, vid avprickning och information.

**Prisutdelning:** Vår intention är att prisutdelning genomförs direkt efter varje avslutad gren.

**Julbocksmedalj:** Tilldelas de tre bästa i varje gren.

**Kiosk:** Försäljning av varmkorv, toast, fika och kioskvaror i kiosken i entrén till Trestegat. Betalning via swish eller med kontanter, ej kort.

**Varmt välkomna till Julbockspelen och lycka till!**

**Varbergs GIF Friidrott**