

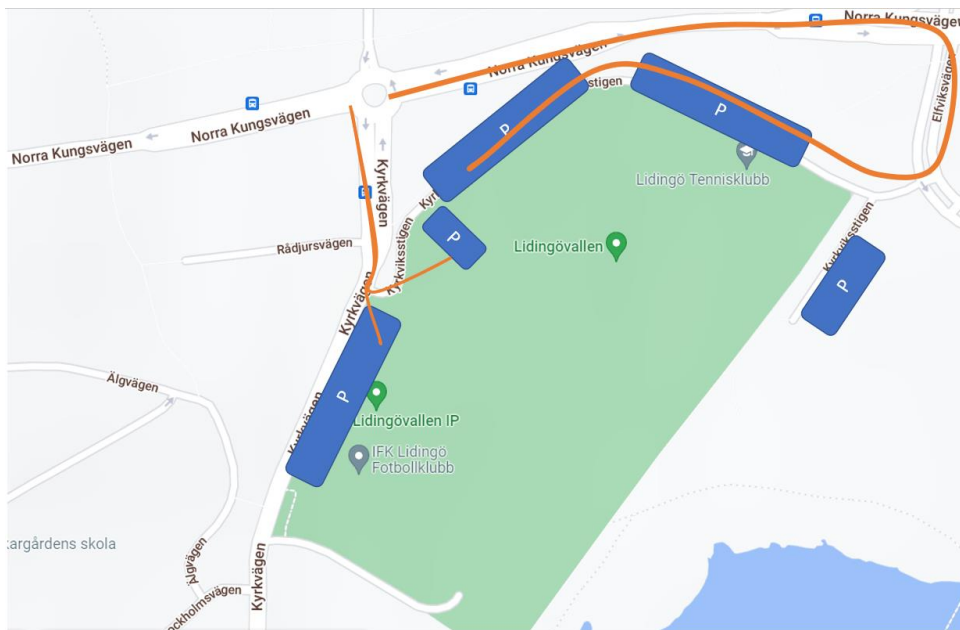
PM SOMMARSMAJLET 2022

IFK Lidingö Friidrott hälsar alla deltagare, ledare, funktionärer och publik
hjärtligt välkomna till



Tävlingsarena Lidingövallens adress är Kyrkvägen 56 Lidingö

Parkering finns vid Lidingövallens entré samt till vänster om den.



Starttider Sommarsmajlskampen kommer genomföras för barn 8-11 år mellan kl 9.30-11.15 där de får gå runt mellan 60m, längdhopp och kula i den ordning de själva vill. Kl 11.30 avrundas kampen med gemensamma heat på 400m. 12.00 inleds Sommarsmajlet för ungdomar och seniorer enligt tidsprogram på hemsidan <https://www.lidingofri.se/sida/?ID=377995>

Sommarsmajlskampen PM: Det finns ett separat PM för Sommarsmajlskampen. Läs det på hemsidan: <https://www.lidingofri.se/start/?ID=377990>

Nummerlappar erhålls individuellt vid sekretariatet. Kontrollera startnumret på startlistan först. Lappen ska fästas fullt synlig på bröstet. Valfri placering på bröst eller rygg för höjdhoppare. Reklamen får ej vikas in. Nummerlappen får behållas av den tävlande efter tävlingens slut.

Efteranmälan mottages i mån av plats till en avgift av 200 kr, som faktureras respektive klubb.

I löpningar om det finns plats i redan fastslagna antal heat.

Avprickning sker digitalt via easyrecord och endast i löpgrenar 60min före grenstart. Sommarsmajlskampen kräver ingen avprickning.

PM SOMMARMAJLET 2022

Upprop sker vid grenstarterna 15 minuter innan respektive start.

Uppvärmning sker primärt utanför tävlingsarenan. När rundbanelopp inte genomförs kan bortre långsidan användas för uppvärmning.

Avspärrningar var god att respektera dessa, framförallt kring starterna och måltornet.

Löpningar: Samtliga löpningar är seedade direktfinaler. Placeringen avgörs av tiderna, oavsett om det är flera heat per klass. Seedning sker efter årsbästa i den mån det har angivits vid anmälan eller avprickning. Saknas uppgift om tidigare resultat placeras den aktive i det tidsmässigt lägst seedade heatet.

Amerikansk stafett Stryks ur programmet.

Teknikgrenar I höjdhopp får samtliga tre försök på varje höjd med gemensam grenstart för samtliga klasser. I längd, diskus och spjut har alla tre försök, varefter de åtta främsta har ytterligare tre försök. Om det är 8 deltagare eller färre får alla 6 försök. Längdhopp genomförs i den grop med mest fördelaktig vindriktning. Diskus och spjut genomförs på norra kortsidan, bredvid kulringen.

Höjningsschema (ingångshöjden bestäms på plats)

90-95-100-105-110-115-120-125-128-131-134-137-140-143-146-149-152-155-158-161 +3cm

Resultat visas digitalt via easyrecord.se

Prisutdelning För deltagare till Sommarsmajlskampen genomförs prisutdelning till samtliga deltagare efter avslutade 400m-lopp. I övriga grenar sker medaljutdelning till de tre främsta i varje gren.

Omklädning på Lidingövallens omklädningsrum (grön byggnad jämte tennishallen vid 300m-starten).

Mat & dryck Caféförsäljning kommer att ske, där enklare mat samt fika kommer finnas.

Övrigt Vi ska göra allt vi kan för att ni ska trivas och att tävlingarna ska bli så rättvisa och lyckade som möjligt.

Tävlingsledning Projektledare för tävlingen är Erik Svensson, erik.svensson@lidingofri.se

Lycka till!