

Triangelkampen deltävling 3, 2017

Söndag 10 september, Tibblevallen Täby

Tävlings-PM

Efteranmälan:

Det går bra att efteranmäla deltagare. Alla efteranmälningar och ändringar sker nu på plats. Efteranmälan på plats sker genom att ni lägger till deltagaren sist i det protokoll ni använder och lämnar in. Strykning av deltagare sker genom att ni drar ett streck över deltagaren i protokollet. Ändring av namn eller annan uppgift markeras tydligt på protokollet.

Medaljställning:

En färdigfylld medaljställning lämnas in i måldomartornet senast 11:45 tävlingsdagen. OBS! Den ska lämnas in på plats även om ni skickat in en lista via mail respektive inte har några ändringar! Längst upp på medaljställnings-lappen skriver ni även antal guld (3 tillfällen), antal silver (2 tillfällen) samt brons (1 tillfälle). OBS! Vänta tills ni vet vilka som verkligen kommer innan ni lämnar in slutliga listan.

Efter avslutad gren:

Efter att ni har slutfört en gren och fört in de individuella resultaten gör en ledare i varje grupp/lag följande:

- 1) Skriv de fem bästa resultaten under rubriken "5 bästa" vid respektive gren
- 2) Summera de fem bästa resultaten.
- 3) Gå in i måldomartornet och kopiera ert protokoll. Kopian läggs ni i inkorgen som finns bredvid kopian.

Detta är för att snabbt och smidigt kunna räkna ut poäng respektive mata in resultaten.

Omklädning och toaletter:

Görs i närliggande omklädningsrum med toalett och dusch. För värdesaker och kläder ansvarar den aktive själv.

Fika:

En enklare fika för ledare/funktionärer samt aktiva finns vid ena kortsidan på Tibblevallen, med bl a dryck, mackor och russin. Denna fika är gratis för ledare/funktionärer och aktiva.

Cafeteria:

I ishallen som ligger bredvid Tibblevallen finns det på ovanvåningen en cafeteria där man kan handla annan fika, luncher mm. Den fikan/maten ingår inte.

Funktionärer:

Varje lag/grupp förväntas ha 5 funktionärer som följer med gruppen. En grenfunktionär från Täby IS finns dessutom på varje station.

Tider:

Se specifikt tidsschema/flödesschema. OBS!! Varje grupp börjar när den innan är klar, så var på plats en stund innan om de skulle bli klara tidigt.

Framförallt i löpningen är det ett tajt schema så tänk på att passa tiderna!

Skulle det av någon anledning bli en krock, så prioritera löpningen.

Tävlingsgrenarna:

500m: 1 lopp per person. Gemensam bana direkt, dvs. man kan gå in på innerbanan.

Upprop vid starten 15 min innan utsatt starttid. Observera att starttiderna är ungefärliga och att vi kör igång så fort föregående klass är klar. Tidsschemat är mycket tajt så tänk på att vara i tid. Heatindelning görs på plats vid uppropet. Då delas även nummerlappar ut.

Nummerlappar används endast på 500m, dvs. inte i övriga grenar.

Längd (3 stationer): 3 hopp per person som mäts. Inga provhopp. Hoppzon. Tänk på att hålla ett högt tempo på varje station, då många grupper ska hinna hoppa.

Visselspjut (4 stationer): 3 kast per person som mäts. Inga provkast. Mätning sker där spjutet först tar i marken.

Kurirstafett: 20 sträckor per lag, varje sträcka är 40m. Om man t ex är 13 st i laget är det alltså 7 st som springer dubbla sträckor. Kurirstafetten sker efter övriga grenar är klara för åldersgruppen. Se preliminära tider nedan.

Tidsschema 500m (tidsschema för övriga grenar hittar ni i specifikt schema):

10.30 Täby 08

11.00 Huddinge 08

11.10 Hammarby 08

11.30 Täby 07

11.55 Huddinge 07

12.20 Hammarby 07

12.50 Täby 06

13.05 Huddinge 06

13.25 Hammarby 06

Preliminära tider kurirstafetten:

Födda 08 kl. 13.55

Födda 07 kl. 14.05 respektive 14.15

Födda 06 kl. 14.25

Välkomna!