



Inbjudan 10 000m med eltidtagning, prova på milen på bana!

Lördag 12 september 2020, Baldershovs IP i Sundsvall
Preliminära starttider 15:00 och 16:00

Beskrivning

10 000m på Baldershovs IP:s löparbana. Elektronisk tidtagning. Åldersgräns 13 år. Ett eller två heat beroende på antal anmälda deltagare, maximalt 20 per heat.

Begränsat antal deltagare i enlighet med Svenska Friidrottsförbundets riktlinjer pga coronasituationen.

Tävlingen är sanktionerad av Medelpads Friidrottsförbund

Anmälan och avgift

Sker via e-post till balders5000@gmail.com senast onsdag 9 september. Ange födelseår samt förening (om klubbanslutningen). Ange även beräknad ungefärlig löptid (t ex 35 min, 47 min) eftersom heatindelningen kommer baseras på dessa tider för att vi ska kunna matcha deltagarna så väl som möjligt.

Anmälningsavgift 100 kr (medlem i SUF endast 20 kr). Betalning av anmälningsavgiften sker via Swish till nummer 123 501 3065. Ange "10 000m" samt namn anmäld(a) löpare.

Efteranmälan kan göras fram till kl 13:00 på tävlingsdagen via samma e-postadress balders5000@gmail.com men till dubbel avgift. Detta är naturligtvis i mån av plats så vänta på bekräftelse via mailen innan ev betalning sker.

Skoregler

Som många kanske har uppmärksammat kom World Athletics nyligen ut med nya regler angående vilka skor som är tillåtna vid tävling på löparbana, något som skapat en hel del debatt. Numera är den maximalt tillåtna höjden på sulan under hälen 25 mm.

Detta kan vara krångligt både för arrangörer och löpare själva att hålla koll på så enligt rekommendation från Svenska Friidrottsförbundet kommer vi som arrangör inte att lägga oss i eller kontrollera vilka skor deltagarna väljer att springa i.

PM och tidsprogram

Tävlings-PM med mer detaljerad information och tidsprogram kommer att ligga ute på Sundsvalls Friidrotts hemsida ett par dagar innan tävlingen och kommer även att mailas ut till anmälda deltagare.

Frågor och upplysningar

Skickas per e-post till balders5000@gmail.com. Det går även att kontakta Robert Vestberg via telefon på 073-0436906.