

# PM IVSM Mångkamp 17e februari 2024

## ARENA

Tävlingen avgörs i Sollentunahallen. Adressen är Strandvägen 73, vid Sollentunavallen. Inne i arenan får ingen gå med skor som har använts utomhus. Ta därför med extraskor för inomhusbruk. Innerplan får bara beträdas av tävlande i aktuell gren samt funktionärer.

PARKERING sker på parkeringsplatsen *ovanför* Sollentunavallen med infart från Sollentunavägen. Promenad ner från parkeringen, via Sollentunavallen till Sollentunahallen ca 5-10 minuter. Det finns även parkering i Sollentuna Centrum. Ingen parkering vid friidrottshallen.

AVPRICKNING sker endast online på [easyrecord.se](http://easyrecord.se) senast 60 min före utsatt starttid för första gren i mångkampen respektive 60 min innan individuell gren. OBS! Tävlände som inte prickar av sig i tid tillåts ej starta i grenen.

STARTTIDER OCH TIDSPROGRAM finns publicerat på <http://turebergfriidrott.se>

## KLASSINDELNING

M35 – M95 i 5-årsintervaller

K35 – K95 i 5-årsintervaller

Poängberäkning enligt WMA Modell 2023

NUMMERLAPPAR för alla aktiva hämtas precis innanför ingången till själva tävlingshallen.

EFTERANMÄLAN går att göra vid nummerlapparna i mån av plats i aktuell gren. Avgift framgår av inbjudan till tävlingen

UPPVÄRMNING sker inomhus i friidrottshallen på anvisad plats.

UPPROP/CALLING vid respektive gren 20 minuter före grenstart.

FÖR DIG SOM ANVÄNDER SPIKSKOR: I hallen får enbart aluminiumspik, pyramidformat 5mm användas.

HÖJDHOPP: Ingångshöjd 130cm med möjlighet till sänkning i 3 cm intervall. Höjning med 3 cm därefter.

LÄNGDHOPP OCH KAST: Tre hopp / kast per tävlande i mångkampen

RESULTAT: Resultat för kommer att anslås i friidrottshallen samt publiceras på Easyrecord

PRISUTDELNING: Sker i direkt anslutning med sista gren för samtliga klasser

CAFETERIA finns i friidrottshallens foajé. Gulaschsoppa finns att köpa för den som vill ha något som är matigare.

SJUKVÅRDSPERSONAL finns centralt inne i friidrottshallen.

MASSÖR finns för behandlingar 220kr/20min. Bokning sker på plats

RESULTATTÄVLING:

Parallellt med IVSM mångkamp genomförs en resultattävling. Följande gäller för denna tävling utöver samma regler som för mångkampen.

KULA: Fyra stötar per deltagare i resultattävlingen

LÄNGDHOPP: Fyra hopp per deltagare i resultattävlingen

Inga finaler i någon gren

ARRANGÖRSKONTAKT:

Erik Åhlin ([erik.ahlin@turebergfriidrott.se](mailto:erik.ahlin@turebergfriidrott.se)) eller [arrangemang@turebergfriidrott.se](mailto:arrangemang@turebergfriidrott.se).

Tävlingsledare Niklas Kagevik ([nk@turebergfriidrott.se](mailto:nk@turebergfriidrott.se))

Turebergs Friidrottsklubb önskar alla tävlande lycka till!