

MAXI MÅNGKAMPEN

PM
2021-11-13

Kils AIK Friidrott hälsar härmed alla aktiva, ledare och föräldrar hjärtligt välkomna till Maximångkampen som arrangeras i Våxnäshallen, Karlstad. Här följer lite information om tävlingarna.

TÄVLINGSSTART: 10:00

NUMMERLAPPAR:

Hämtas vid trappan upp till kansliet. Nummerlappen ska bäras synligt på bröstet och reklamen får inte vikas bort. Den får behållas efter tävlingen.

UPPROP och AVPRICKNING:

Upprop sker 10 minuter före varje utsatt grenstart. Ingen avprickning.

EFTERANMÄLAN:

Ingen efteranmälan i Maximångkampen 2021

REGLER I MÅNGKAMPER:

Deltagare i mångkampen måste **starta** i alla grenar. Vid avhopp eller ej påbörjad gren diskas den aktive och får därmed inget resultat. Gäller även vid skada eller sjukdom.

Har ni frågor kring detta kontakta tävlingsledare: Hanna Westlund 070-6449670

En första tjuvstart medför ej diskvalifikation utan endast varning för hela startfältet. Eventuell tjuvstart därefter innebär dock omedelbar diskvalifikation (Tjuvstartsregeln gäller endast för fyrkampen).

SPIKLÄNGD:

6 mm spikar på själva löparbanorna. I höjdhopp får 9 mm användas.

TÄVLINGSKLASSER:

Tävlande sker i åldersklasser U8-U15. Pojkar och flickor tävlar i samma klass och poängen avgör resultat.

U8, U9 och U10 genomför trekamp: **60 m, längd och kula**

U11, U12, U13, U14 och U15 genomför fyrkamp: **60m, längd, höjd och kula**

POÄNGBERÄKNING:

I klasserna U8-U11 räknas poäng efter **Tyrvingtabellen F10**. Denna ändring har gjorts efter att inbjudan gick ut.

I klasserna U12-U15 räknas poäng efter **SFIFs Ungdomstabell F13**.

Enda skillnaden mellan pojkar och flickor är att den aktive tävlar med redskap efter ålder och kön.

I årets upplaga av Maximångkampen gäller detta endast i kulan.

60 m:

Ett lopp per deltagare, alltså INTE försök och final.

HÖJD:

I mångkamp höjs ribban alltid med 3 cm. Även om en hoppare är ensam kvar måste höjningsschemat hållas.

Höjningsschema enligt följande:

U11 0.90 – 0.93 – 0.96 +3 cm

U12 1.00 – 1.03 – 1.06 +3 cm

U13 1.06 – 1.09 – 1.12 +3 cm

U14 1.10 – 1.13 – 1.16 +3 cm

U15 1.18 – 1.21 – 1.24 +3 cm

I vissa klasser kommer två bäddar att användas. Vilka som hoppar var bestäms av grenledare.

LÄNGD OCH KULA:

Samtliga deltagare har **3 försök**. Ingen final.

PRISUTDELNING:

Prisutdelning kommer att genomföras klassvis så fort det går efter avslutad mångkamp.

Pokal till segraren och medaljer till tvåan och trean.

Plakett till ALLA som genomför mångkampen.

CAFETERIA:

Vi kommer att ha cafeteria som erbjuder fika, godis samt enklare mat såsom korv med bröd.

Betalning sker kontant eller med Swish, minsta inköp med Swish är 20 kronor.

Covid-19

Då pandemin inte är över än ber vi er att hålla avstånd och visa hänsyn.

Stanna hemma om ni har minsta symptom.

Välkomna till Växnäshallen och Maximångkampen!