



Stafett-DM del 2 - Långa stafetter

3 september 2024 – Sätra IP

Tävlings-PM

Klasser/Åldrar

Stafett-DM 15-17 år med P13/F13 3x600m, P15/F15/P17/F17/P19/F19 3x800m. Åldersklasser kan slås ihop till samma heat beroende på antal deltagare.

M/K 4x800m utgår på grund av för få anmälningar.

M/K 100m som ej tillhör Stafett-DM och är öppen för alla åldrar.

M/K 60m, 400m utgår pga för få anmälningar.

Avprickning & Laguppställning

Laguppställning med sträckordning och noggrant textat namn samt födelseår på samtliga deltagare ska lämnas in till sekretariatet senast 45 minuter före start för respektive gren.

Laguppställningsblanketten kan laddas ner och skrivas ut via tävlingens hemsida och fyllas i innan tävlingen. Laguppställningsblanketten finns också att hämta i sekretariatet.

Laguppställningsblanketten finns att hämta i sekretariatet.

Det går också bra att mejla ifylld laguppställningsblankett i förväg till friidrott@malarhojden.com.

Avprickning för M/K 100m vid sekretariatet/nedanför tornet senast 45 min före start.

Nummerlappar

Nummerlappar på 3x600m och 3x800m, hämtas ut i sekretariatet vid avprickning/inlämning av laguppställning. Endast löparen på sista sträckan behöver nummerlapp.

Tidsprogram

Starttid	Åldersgrupp/klass	Sträcka
19:00	F13	3x600m
19:15	P13	3x600m
19:45	F15, F17, F19	3x800m
20:00	P15, P17, P19	3x800m
20:20	Män	100m
20:30	Kvinnor	100m

Upprop

I alla grenar ca 15 minuter före grenstart, efter föregående heat. Samling sker vid starten för respektive gren. Vid uppropet ges information om vilket heat och vilken bana respektive lag ska ha.

Kontakt/frågor

Eventuella frågor besvaras på e-post: stafett@friidrott.malarhojden.com. Mer information hittar du också på vår webbsida friidrott.malarhojden.com.