

Tidsprogram för IFK Växjö's klubbmästerskap 2022

	löpning	längd 1	längd 2	längd 3	kula 1	kula 2
16:00	P12 200m (12)	F11 längd (d20)	F11 längd (d20)	P11 längd (15)	F14 kula (10)	F12 kula (12)
					P14 kula (3)	
					Para kula (1)	
16:10	F13 200m (14)					
16:25	P13 200m (5)					
16:40		F13 längd (16)	P13 längd (5)		P12 kula (9)	F11 kula (18)
16:50	F12 200m (14)					
17:05	F14 200m (10)					
17:15	P14 200m (3)				P11 kula (12)	
17:20	Para 200m (1)	P12 längd (12)		F12 längd (13)		
17:30	F11 200m (18)		F14 längd (13)			F13 kula (12)
			P14 längd (3)			P13 kula (4)
			Para längd (1)			
17:50	P11 200m (12)					

PM/Tävlingsinformation

- **Efteranmälan:** All efteranmälan sker online här fram till 15.00 på tävlingsdagen:
<https://www.easyrecord.se/entry?b2LAHH>
- **Avprickning:** Avprickning sker online för alla som ska vara med och tävla. Avprickning senast kl.15.30 för samtliga grenar. Avprickning sker på [easyrecord.se](https://www.easyrecord.se)
- **Kl. 15.30:** Samling för alla. Gemensam information för alla föräldrar (ej tränare). Gemensam uppvärmning gruppvis för alla som ska tävla.
- **Funktionärsutbildning:** Alla föräldrar följer sitt/sina barn runt till alla grenar. Finns det intresse av att vara på ett ställe går det också bra. Är du nyfiken på hur Media, Sekreteriat, Elitd eller Tekniska fungerar är ni även välkomna att hälsa på hos dem. Mer info vid samlingen.
- **200 m:** Ett lopp för alla – inga finaler.
- **Längd/kula:** 4 försök för alla.
- **Längd F/P14:** Hoppa med planka.
- **Kula:** Metallkula vid "kula 1", gummikula vid "kula 2".
- **Vikter kula:** P14 – 4 kg. P13/P12/F14 – 3 kg. Övriga – 2 kg.
- **Övrigt:** Grenklasser som tävlar ihop är markerade med tjock ram i tidsprogrammet ovan.
- **Funktionärsfika:** Alla som är funktionärer är välkomna att hämta kaffe och muffins i kioskens om är obemannad.

"IFK Växjö ska vara Sveriges sundaste friidrottsförening!"

Gemenskap Engagemang Samarbete Ödmjukhet Hållbarhet