

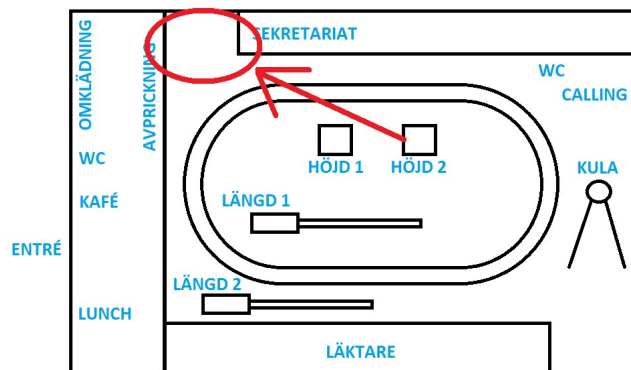
Kraftmätningen 17 år

16 mars 2024 – Sätra friidrottshall



1

Lagkuvert hämtas här



2

Lagkuvert



- Nummerlappar, säkerhetsnålar
- Klisterlappar 1-2-3-4-5-6 för stafett (mixlag)
- Lunchbiljetter
- PM och tidsprogram
- Blankett för stafettlag (mixlag)
- Nomineringsblankett "Lagets kraft"
- Ändringsblankett deltagare

(Alla blanketter kan även skrivas ut från hemsidan, sid 4-6 i PM)

3

WhatsApp-grupp



- **Kraftmätningen 17 år Lagledare**
- Kan användas vid behov av snabb kommunikation under tävlingen
- Anslutningslänk skickad till lagledare 12 mars
- Kontakta arrangemang@brommaif.org för att bli tillagd

4

Ändringar i laget



- Ändring av deltagare (person) fram till **torsdag kl 22.00**
- Ändring av grenar fram till **fredag kl 22.00**
- Problem att göra ändring i Easyrecord? Mejla till arrangemang@brommaif.org istället!
- Senare ändringar lämnas till sekretariatet senast **tävlingsdagen kl 9.00**, blankett finns i lagkuvertet (eller skriv ut sidan 6 i PM)

5

Avprickning, calling, upprop



- **Papperslistor!!!**
- Avprickning endast för löpning 60m och 800m
 - Höjd/Längd/Kula ingen avprickning, enbart upprop 15 minuter innan
- Avprickning senast 60 minuter innan första start
 - P17 60m kl 9.00
 - F17 60m kl 10.20
 - P17 800m kl 14.30
 - F17 800m kl 15.20
- Calling för löpning 15 minuter innan första start i "bortre hörnet"

6

Stafett – viktigt att veta



- Stafetten är värd mycket poäng!!!
- Växlingszon
 - 20 meter lång
 - Zonen markerad med gula hakar
 - Mottagande löpare måste stå inne i zonen
- ”Tre kurvor skilda banor”
 - Löpare 1 egen bana hela varvet
 - Löpare 2 egen bana hela första kurvan
 - Löpare 3-6 gemensam bana

7

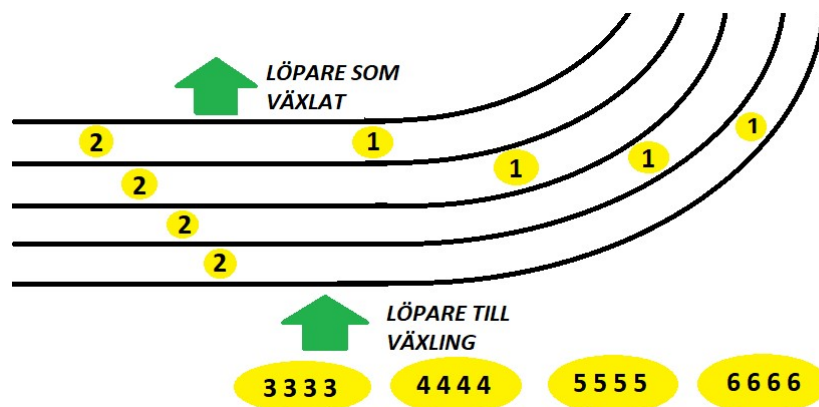
Stafett – sträckor och växlingar



- Pojkar sträcka 1, 3 och 5, flickor sträcka 2, 4 och 6
- Gul klisterlapp visar vilken sträcka (sätts på nummerlapp)
- Calling 15 minuter innan första start i ”bortre hörnet”
 - Hela laget går från calling tillsammans (ett heat i taget)
- Växling löpare 1 -> löpare 2 på egen bana
- Alla andra växlingar på gemensam bana
 - Löpare 3–6 väntar på utsidan av rundbanan då loppet startar
 - **Mottagande löpare placeras i ordning (inifrån och ut) som ställningen i heatet vid ingången av sista kurvan**

8

Stafett – växlingsområdet



9

Inhoppning, provstötar



- Tidsprogrammet är tajt
- **Höjdhopp:** Coacha de aktiva att välja lämplig ingångshöjd, grenledare har möjlighet att begränsa antalet inhopp och antalet olika höjder under inhoppningen
- **Längdhopp:** 1-2 inhopp per person
- **Kulstötning:** Endast en instöt i tävlingsringen, övningsring finns

10

Protest och jury



- Protest lämnas hos grenledare under pågående tävling eller senast 30 minuter efter kungjort resultat
- Eventuell överklagan lämnas till sekretariatet senast 30 minuter efter kungjort resultat, deposition 500 kronor som återfås om överklagan bifalles av juryn
- Juryn:
 - Mia Jansson, Ljungby
 - Åke Jernberg, Täby
 - Jakob Lagerdahl, Bromma / tävlingsledare

11

Mat



- Lunchservering klockan 11.30-13.30
- Kaféet är öppet
- **Ingen mat och färgad dryck på innerplan!!!**

12

”Lagets kraft”



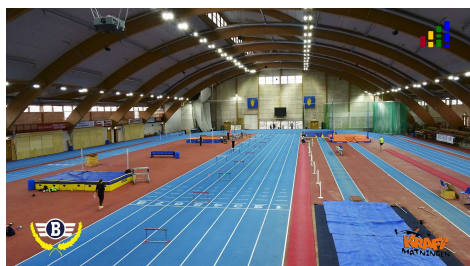
- Pris till en tjej och en kille som under Kraftmätningen gjort sitt yttersta för sin egen och lagets prestation, personer som ger sitt allt och alltid lyfter sina lagkamrater genom pepp och hejarop
- Nomineringar lämnas senast **klockan 14.30**
- Frida Hogstrand är sammankallande i juryn
- Prisutdelning i samband med stora prisutdelningen

13

TV-sändning



- Kraftmätningen 17 år sänds på www.svensklivesport.se
- Sändningen kostar 90 kronor
- Kan även ses i efterhand



14

Övrigt



- Födelsedagar? Skriv gärna till arrangemang@brommaif.org
- Egna kulor?

15

Frågor???



- **Vi ses på lördag!**
- **Välkomna till Kraftmätningen 17 år!**

16