



Säffle

friidrott

PM

IMARC-spelen 2026

Sporthälla, Säffle

Ombyte:

Omklädningsrum flickor/pojkar finns till höger sett från läktaren.

Nummerlappar:

Nummerlappar finns att hämta vid sekretariatet. (norra delen av Sporthälla)

Efteranmälan:

En timme före respektive grenstart mot dubbel avgift, förutsatt att plats finns i grenen.

Upprop:

10 min före start i respektive gren (ingen avprickning)

KULA:

4 stötar för alla deltagare.

Vikter: F/P 7-8 2kg, F/P 9-11 2kg, F12-13 2kg, P12-13 3kg, F14 3kg, P14 4kg

Kula 1 - Vid 200metersstarten

Kula 2 - Bakom läktaren

HÖJD:

Ingångshöjden bestäms i samråd med aktiva och grenledare

Höjning sker sedan med 5cm intervall.

Höjd 1 – Till höger sett från läktaren

Höjd 2 – Till vänster sett från läktaren

HÄCK:

Final direkt, vid flera heat är tiderna avgörande, ingen seedning av heat eller banor.

Höjder på häckar: F9/P9 40cm - F10/P10 50cm - F11/P11 50cm - F12/F13 68,6cm

P12/P13/F14 76,2cm - P14 83,8cm

200m, 300m och 600m:

Final direkt, vid flera heat är tiderna avgörande. Löpning på gemensam bana.

Resultat:

Resultat visas på easyrecord.se

För mer information och senare resultatlistor se nysida.safflefriidrott.se

Frågor besvaras av Mats Olsson: 070-618 97 70