

Inbjudan till Götalandscupen

IK Hakarpspojkarne och Hovslätts IK inbjuder till andra matchen i Götalandscupens division 1 i friidrott för seniorer män och kvinnor lördagen den 13 augusti 2016 kl 12.30 (slägga börjar 12.00) på Råslätts idrottsplats i Jönköping.

Deltagande lag	Män	Kvinnor
	Hovslätts IK	IK Lerum Friidrott
	IK Hakarpspojkarne	Falkenbergs IK
	IK Sisu	IK Ymer Friidrott
	IK Ymer	IK Orient
	IFK Lund	Hovslätts IK
	Finspångs AIK	Åhus FIK

Tävlingsgrenar

Män: 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 5000m, 3000m hinder, 110m häck, 400m häck, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut och stafett 4x100m.

Kvinnor: 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 5000m, 1500m hinder, 100m häck, 400m häck, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut och stafett 4x100m.

Antal deltagare

Varje förening skall ha en deltagare i varje individuell tävlingsgren samt ett stafettlag. Högst fem tävlande per lag får dubblera, d.v.s. starta i två individuella grenar. Extra deltagare utom tävlan tillåts ej i någon tävlingsgren.

Poängberäkning

Poängberäkning: 6-5-4-3-2-1. Samma poängberäkning i match 2 även om det är färre antal lag.

Lottning

Lottning enligt schema utsänt av Götalandsregionen.

Egna redskap

Egna redskap får användas om de före tävlingen inlämnats för kontroll och då godkänts av tekniske ledaren. Dessa redskap betraktas som arrangörens till dess tävlingen är avslutad. De förvaras av tekniske ledaren och får användas av samtliga deltagare.

Anmälan

Inbjudna föreningar skall senast 10 augusti via e-post ange preliminär laguppställning till a.gronvall@telia.com Återbud ska meddelas arrangören senast den 6 augusti.

Definitiv laguppställning meddelas vid tekniskt möte, som äger rum i lokal på idrottsplatsen kl 11.15 tävlingsdagen.

Information

Information om tävlingen läggs fortlöpande ut på IK Hakarpspojkarne hemsida www.ikhp.se/friidrott.

Frågor

Ann Axelsson, ann.axel@telia.com, 036-12 17 43, 0733-104016, Anders Grönvall, a.gronvall@telia.com, 036-18 44 77, 0709-52 47 94 .

Tidsprogram (se nedan)

Första kastgren är slägga som äger rum kl 12.00. Släggkastningen sker på en arena 2 km från Råslätts IP. Vi åker gemensamt dit kl 11.30 men kommer också att lägga ut en vägbeskrivning på hemsidan.

Funktionärsfördelning

Varje förening ska ha funktionärer med sig för att se till att nedanstående grenar kan genomföras. IKHP och Hovslätt sköter inbjudan, anmälningar, elitid, starter, sekretariat. Utrustning för respektive gren finns på arenan.

Ymer – löpning
Sisu- längd/tresteg
Lerum-Lund-diskus/spjut
Åhus-Orient-slägga/kula
Finspång-stav
Falkenberg-höjd

Ställning efter match 1

Män

1.	IFK Lund	74,0
2.	Finspångs AIK	72,0
3.	IK Hakarpspojkarne	61,0
4.	IK Ymer	60,0
5.	Hovslätts IK	57,0
6.	IK Sisu	53,0

Kvinnor

1.	Lerum Friidrott	71,0
2.	Falkenbergs IK	70,0
3.	IK Ymer	68,0
4.	Hovslätts IK	66,5
5.	Åhus FIK	52,5
6.	IK Orient	46,0

Varmt välkomna till Råslätts IP den 13 augusti.



Tidsprogram

Tid	Löpning	Hopp	Kast
12.00			M/K Slägga
12.30		M Stav	
12.40		K Tresteg	
12.50		M Höjd	
13.00	K 400m häck		
13.15	M 400m häck		
13.30	M 100m		
13.40	K 100m		
13.55	K 1500m hinder	M Längd	
14.15	M 3000m hinder		M/K Spjut
14.30	M 200m		
14.40	K 200m		
14.55	K 800m		
15.00		K Stav	
15.05	M 800m		
15.10		M Tresteg	
15.15	K 5000m		
15.30		K Höjd	
15.40	M 5000m		
16.00			M/K Diskus
16.05	K 100m häck		
16.10			M/K Kula
16.20	M 110m häck	K Längd	
16.40	K 400m		
16.50	M 400m		
17.00	K 1500m		
17.10	M 1500m		
17.20	K 4x100m		
17.30	M 4x100m		

Släggkastningen sker på en arena 2 km från Råslätts IP. Vi åker gemensamt dit kl 11.30 men kommer också att lägga ut en vägbeskrivning på hemsidan.