

CASTORAMA 2016 är öppen för alla friidrottare som representerar föreningar anslutna till SFIF. CASTORAMA 2016 omfattar såväl individuella tävlingar för både män och kvinnor som en gemensam lagtävling. CASTORAMA 2016 är en kastmångkamp där varje förening arrangerar sina egna deltävlingar och SFIF svarar för sammanställandet och uträknandet av de totala resultaten med utgångspunkt från inkomna resultatlistor.

TÄVLINGSTILLFÄLLEN LJUNGBY – För ALLA aktiva, föräldrar och andra som vill mäta sina krafter i friidrottens ädla Kastgrenar. Anmälan sker på plats – senast 10 minuter innan start. Eventuella egna redskap ska anmälas för invägning 60 minuter innan tävlingsstart till

Mia 070-566 35 06

4 SEPTEMBER kl 14:30

18 SEPTEMBER kl 14:30

9 OKTOBER kl 14:30 – Vid detta tillfälle kör vi även en "mini" Castorama för intresserade ungdomar. Alltså med vikter anpassade efter ålder

16 OKTOBER kl 14:30

TÄVLINGSPERIOD 2016 och Förutsättningar

27 augusti - 23 oktober 2016

Antal tävlingar

Förening får arrangera valfritt antal tävlingar. Varje sanktionerad tävling är öppen för deltagare från alla föreningar i hela landet. En aktiv får ställa upp i valfritt antal tävlingar.

Grenprogram och -ordning OBS! Ett Castorama innebär Seniorvikter i samtliga grenar !

Män: Kula/7.26, spjut/800, diskus/2.0, slägga/7.26.

Kvinnor: Kula/4.0, spjut/600, diskus/1.0, slägga/4.0.

Alla grenar måste avverkas i angiven ordning under en dag.

Antal försök/gren

Varje aktiv har rätt till högst fyra (4) försök i varje gren.

Individuell tävling

För varje deltagare beräknas poängsumman för resultaten i de fyra delgrenarna. Endast tävlande som startat i alla fyra grenarna medräknas i CASTORAMA, oberoende av hur hög poängsumma som uppnåtts i övriga genar.

Lagtävling

Varje förening som haft en eller flera deltagare i en sanktionerad CASTORAMA-tävling deltar automatiskt i lagtävlingen. I lagtävlingen sammanräknas poäng för varje förenings max 12 bästa deltagare poängmässigt oavsett kön. Endast aktiva som fullföljt tävlingen, dvs startat i alla fyra delgrenarna, får medräknas i laget.

Resultatlistor

Fullständiga resultatlistor (inkl alla som ev. avbrutit sin kastmångkamp) skall i enlighet med gällande bestämmelser senast inom åtta dagar insändas till SFIF och samtliga berörda SDF och föreningar.

Priser

De tre främsta föreningarna i lagtävlingen kommer att erhålla presentkort på resp 4000, 2500 och 1500 kronor.

Dessutom kommer fyra presentkort på vardera 1500 kronor att utlottas bland övriga föreningar som har kompletta lag (12 aktiva).

Presentkortet skall användas för inköp av kastredskap via SFIF:s förlag.

(Förra året var Ljungby FIK en av de föreningar som vann pris!)

Frågor

info@ljungbyfriidrott.com eller Mia 070-566 35 06

