



PM

Bålstaspelen

Lördag 24 augusti

Gröna Dalens IP, Badhusvägen 3, Bålsta

Varmt välkomna allesammans till Bålstaspelen lördag den 24 augusti 2024.

Vi ber alla aktiva, tränare, ledare och målsmän att noga läsa igenom detta PM. Vi ber er alla även hjälpa till med att fokusera på en tävlingsdag fylld med positiva hejarop, glädje och gemenskap.

Parkering: Sker på parkeringsplatserna i anslutning till Gröna Dalens IP.

Nummerlappar: Hämtas föreningsvis utanför klubbhuset från kl. 09:00.

Avprickning online: Gäller endast löpgrenarna. Tack för hjälp med att vara ute i god tid.

Upprop: Sker i anslutning till tävlingsplatsen cirka 15 minuter före start.

Efteranmälan: Kan göras i mån av plats. Dubbel avgift faktureras i efterhand. Efteranmälan görs i sekretariatet senast 90 minuter före grenstart för F/P7 – F/P11. För åldersklasserna F/P13 och F/P15 kan efteranmälan ske fram till fredag 23 augusti kl. 18:00. Efteranmälan kan endast ske till de grenar som finns med i tidsprogrammet.

Anmälan knattelopp: Sker i sekretariatet fram till kl. 11:30.

Uppvärmning: Uppvärmning sker på gräsytorna utanför löparbanorna alternativt på gräsytorna utanför idrottsplatsen.

Spiklängd: Maximalt 9 mm.

Löpning: Final sker direkt i respektive löpgren där placering utdelas efter de bästa tiderna för åldersklasserna F/P13 och F/P15. Löpning har förtur om kollision med teknikgren skulle uppkomma.

Längd och kast:

F/P7 + F/P9 + F/P11 har samtliga 3 försök.

F/P13 + F/P15 har tre försök där de åtta främsta efter tre försök går till final och får göra ytterligare tre hopp/kast.

Kast: Egna redskap vägs in av tävlingsledningen senast 90 min före grenstart.

Höjningsschema: Sker enligt överenskommelse med grenledare.



Priser: Medaljer till de tre främsta i respektive gren för åldersklasserna F/P13 + F/P15. Guldmedalj delas ut till samtliga deltagare i de yngre klasserna.

Resultat: För åldersklasserna F/P7, F/P9 och F/P11 anslås på anslagstavlan på gaveln till omklädningsrummen mot klubbhuset. Resultatlistor för F/P13 och F/P15 uppdateras live via easyrecord.se.

Förtäring: I form av bland annat grillade hamburgare, korv, toast, glass och fika kommer att finnas att köpa i Bålsta IK:s Café. Grillen har öppet mellan kl. 11:00 – 15:00. Betalning med Swish.

Hjärtligt välkomna till Bålstaspelen 2024 önskar Bålsta IK



Tid	Löpning	Längd 1	Längd 2	Höjd 1	Höjd 2	Spjut 1	Spjut 2
930	F7 60 m			F11 Höjd	P11 Höjd	P9 Nerf	
940	P7 60 m						
950							
1000	F9 60 m						
1010		F/P7 längd					
1020	P9 60 m						
1030			F13 längd				P13 spjut
1040						F9 Nerf	
1050	F11 60 m			P15 Höjd	F15 Höjd		
1100							
1110	P11 60 m	P9 längd					
1120						F/P7 Nerf	
1130							
1140	F13 60 m						
1150	P13 60 m						F15 spjut
1200		F9 längd					
1210	F/P5 60 m					P11 Nerf	P15 spjut
1220							
1230				P13 Höjd	F13 Höjd		
1240	F15 80 m	F11 längd					
1250	P15 80 m						
1300							
1310	F7 200 m						
1320	P7 200 m		F15 längd				
1330	P9 200 m	P11 längd				F11 Nerf	
1340							F13 Spjut
1350	F9 200 m		P15				
1400							
1410							
1420			P13 längd				
1430	F13 600 m (2st)						
1440							
1450	F15 800 m (1st)						
1500							
1510							
1520							
1530							

