

Alustava aikataulu Vattenfall Seuracup

19.6.2013 klo 18:00 Forssa

Klo	Juoksut/Kävelyt	Hypyt	Heitot
18:00	P15 100m aj	P11 Korkeus M/N17 Seiväs T15 3-loikka P13 Pituus	T11 Kuula
18:10	T15 80m aj		
18:20			
18:30	P13 60m aj		T/P15 Moukari
18:40	T13 60m aj		
18:50			P11 Kuula
19:00	T11 60m aj	T11 Korkeus	
19:10	P11 60m aj	P15 3-loikka	
19:20	M17 800m	T13 Pituus	
19:30	N17 800m		
19:40	P15 300m		T13 Kuula
19:50	T15 300m		
20:00	P13 200m		M/N17 Keihäs
20:10	T13 200m		
20:20	P11 150m		P13 Kuula
20:30	T11 150m		
20:40	T&P15 4x800m		
20:55	T&P13 4x600m		
21:10	T&P11 4x600m		
21:25	1000m kävelyt		

TOIMITSIJATEHTÄVÄT:	Ikaalisten Urheilijat	kuula
	Forssan Salama:	seiväs, juoksut
	Toijalan Vauhti:	keihäs
	Urjalan Urheilijat:	moukari
	Valkeakosken Haka:	kävely
	Viialan Valtti:	korkeus
	Tammelan Ryske	3-loikka
	Ylöjärven Urheilijat	pituus

*** Moukaria heitetään Vieremän hiihtostadionilla, jonne yhteislähtö urheilukentältä klo 18.00! Salaman sivuilta hiintojaosto/stadion löytyy alueen kartta ja ajo-ohjetta**

* Kenttälajeissa on kaikilla kilpailijoilla neljä suoritusta.

* Korkeuden nostot:

T/P11 80-90-100-106-111-116-121-125-129-132-+2cm

OHJEITA JA MUUTA KISAINFOA:

* Kilpailussa noudatetaan Vattenfall-cupin sääntöjä

- Kilpailuissa noudatetaan yleisurheilun/lasten yleisurheilun sääntöjä
- Urheilijalla tulee olla voimassa oleva yleisurheilulisenssi
- Urheilija voi osallistua omaan sarjaansa, tai ylempään ikäsarjan kisaan. Kuitenkin vain yhden ikäluokan sarjaan samassa kisassa (myös viesti)
- **Urheilijalla on osallistumisoikeus yhteen henkilökohtaiseen lajiin ja yhteen viestiin sekä kesäkuussa että heinä-elokuussa.**
- Kesäkuun 1000 m kilpakävely suoritetaan kaikissa sarjoissa yhtäaikaan. Jokaisessa sarjassa osallistuja voi olla tyttö tai poika. **Kävelyn osanottaja voi osallistua yhteen henkilökohtaiseen lajiin ja viestiin kävelyn lisäksi.**
- **Kenttälajeissa jokaisella kilpailijalla on neljä suoritusta**
- **Seurasta voi osallistua korkeintaan 3 kilpailijaa ja viestijoukkuetta samaan lajiin.**
- Kesäkuun kilpailussa pitkät viestit ovat sekaviestejä, joissa 1. ja 3. osuuden juoksee poika ja 2. ja 4. osuuden tyttö

***Ilmoittautuminen** kilpailukalenterin kautta (1 laji/urheilija). Jos kävelijällä on toinenkin laji, ilmoita siitä sähköpostilla (eila.savage@surffi.net)

* Kilpailupaikalla juoksulajien muutokset on tehtävä kilpailukansliaan viimeistään tuntia ennen lajin aikatauluun merkittyä alkamisaikaa. Kenttälajien muutokset tehdään suoraan lajipaikoille.

* Kilpailunumeroita käytetään ainoastaan viesteissä.

* Viestien juoksujärjestykset pitää ilmoittaa klo 19.00 mennessä erillisellä varmistuslapulla kansliaan.

* ”Pitkät viestit ovat sekaviestejä, joissa 1. ja 3. osuuden juoksee poika ja 2. ja 4. osuuden tyttö.”

* Katsomon takana on pukuhuoneet. Yleisö WC löytyy kuuluttamo-rakennuksesta.

Alueella palvelee myös Forssan Salaman kisakahvio.

Ilmoitattehan viipymättä, jos seurasta ei lainkaan päästä osallistumaan kisaan.

Tiedustelut eila.savage@surffi.net / 040-5715606

Tervetuloa !