



PM 7/3 2026

ALLMÄN INFORMATION

Arrangerande förening
KFUM Örebro Friidrott

Tävlingsarena

Tybblelundshallen, Tybblelundsvägen 3 Örebro. GPS-koordinater 59,25664, 15,26031

Följ hela tiden skyltning mot Universitetet. Vid universitetet finns sedan skyltning mot friidrottshall. Tybblelundsvägen är en utstickare från universitetsgatan. (Hallen ligger precis nordost om Universitetet.)

Tävlingstider

Lördag 7:e mars. Första start sker kl. 10.00 och sista start ca 18.40
För specifika starttider se tidsprogram.

Parkering

Finns närliggande parkeringar i anslutning till hallen och intill skolan. Observera att grusparkeringen väster om hallen är en betalparkering.

Omklädning/Toalett

Hallen har två omklädningsrum med duschar för kvinnor och två för män. I dessa omklädningsrum finns även en toalett. Annars finns fem toaletter längs korridoren till höger vid instigning i hallen och även en i området vid kulringen inne i tävlingshallen.

Läktare

Då det finns begränsat med läktarutrymmen vill vi att väskor och liknande läggs under läktaren för att så många som möjligt skall kunna sitta.

Servering

Cafeterian säljer bl.a. Hamburgare, korv, mackor, kaffe, läsk, bullar, frukt och godis. Försäljning finns i hallens reception. Vi tar emot betalning via kort, kontant och swish.

TÄVLINGSBESTÄMMELSER

Efteranmälan

I mån av plats, senast en timme före grenstart, till förhöjd avgift 220 kr/grenstart. Se startlistan på webathletics.se vilka grenar som har platser kvar.

Avprickning

VIKTIGT! För att sekretariatet ska veta att deltagare i löpgrenar är på plats, (för att därefter kunna göra heatindelning) skall avprickning göras digitalt i alla löpgrenar på Webathletics senast 45 minuter före grenstart.

Upprop

I löpgrenar 10 min innan start samlas deltagarna för upprop där man får sin heat- och banindelning. **OBS!** Alla löpgrenar på rundbana har upprop bakom målkurvan till **rundbanan!** (Under kastnätet) Löpgrenar till rakbana har upprop intill läktaren i höjd med starten.

Upprop i samtliga teknikgrenar sker på plats 20 min innan start, i stav 30 min innan start.

Nummerlappar

Skall bäras av samtliga tävlande, synligt på bröstet (I stav på ryggen om man så vill).

Nummerlapparna hämtas ut enskilt vid informationsbordet direkt till vänster vid instigning i tävlingshallen. Nummerlapparna får behållas.

Uppvärmning

Kan ske utomhus eller på rakbanan bakom läktaren. Uppvärmningsytan bakom läktaren är ingen lekplats så se upp att framförallt yngre aktiva inte stör eller krockar med andra aktiva som förbereder sig för tävling.

Innerplan

Får endast beträdas av aktiva som tävlar och funktionärer. Alla övriga hänvisas till ytorna utanför avspärningarna. I vissa enskilda fall kan grenledare tillåta att en förälder eller ledare finns med på innerplan som hjälp.

Löpningar

Vidarekvalificering till final på rakbaneloppen i åldrarna 12-15: Vid två försöksheat de två bästa + fyra tider, vid tre försöksheat segraren plus fem tider och endast de åtta bästa tiderna vid mer än tre försöksheat.

Försök utgår **inte** i åldrarna 7-11 år utan där springer samtliga endast ett lopp.

I seniorklassen får alla springa två lopp. Finalloppen seedas efter försökstiderna.

Rundbaneloppen heatindelas efter tidigare gjorda resultat eller i andra hand om resultat inte finns, efter resultat i tidigare genomförda grenar.

Heaten springs i ordningen ...,A-B-C. De snabbast seedade löparna springer alltså först. (Kan vara bra att veta till uppvärmningen) För slutplacering är tiderna avgörande oavsett heat.

Banorna rankas 3-4-2-1

Stav

Höjningar kommer ske med 10 cm.

Ingångshöjd bestäms av den som går in lägst men i alla klasser passeras 2,67 m.

Höjd

Höjningsschema

Klass										
F9	0.76	0.81	0.86	0.91	0.96	1.00	1.04	1.08	1.12	osv med 3 cm
P9	0.81	0.86	0.91	0.96	1.00	1.04	1.07	1.10	1.13	osv med 3 cm
F10	0.89	0.94	0.99	1.04	1.08	1.12	1.15	1.18	1.21	osv med 3 cm
P10	0.92	0.97	1.02	1.06	1.10	1.13	1.16	1.19	1.22	osv med 3 cm
F11	1.00	1.05	1.10	1.14	1.17	1.20	1.23	1.26	1.29	osv med 3 cm
P11	1.01	1.06	1.11	1.16	1.20	1.23	1.26	1.29	1.32	osv med 3 cm
F12	1.07	1.12	1.17	1.22	1.27	1.31	1.35	1.38	1.41	osv med 3 cm
P12	1.02	1.07	1.12	1.17	1.22	1.27	1.31	1.35	1.38	osv med 3 cm
F13	1.17	1.22	1.27	1.31	1.35	1.39	1.42	1.45	1.48	osv med 3 cm
P13	1.12	1.17	1.22	1.27	1.32	1.37	1.41	1.44	1.47	osv med 3 cm
F15	1.22	1.27	1.32	1.37	1.41	1.45	1.49	1.53	1.56	osv med 3 cm
P15	1.22	1.27	1.32	1.37	1.42	1.46	1.50	1.54	1.58	osv med 3 cm

Längd och Tresteg

Hoppzon för klasser t o m 13 år.

Samtliga klasser och deltagare upp till och med 13 år får göra fyra försök var. I 15 års klassen får alla göra tre hopp och de åtta främsta får sedan göra ytterligare tre hopp.

Kolla i tidsprogrammet och arenakartan vilken grop du ska hoppa i.

Kula

Tävlingen genomförs med metallkulor. Arrangören tillhandahåller redskap.

Samtliga klasser och deltagare upp till 13 år får göra fyra försök var. I 15 års klassen får alla göra tre stötar och de åtta främsta får sedan göra ytterligare tre stötar.

EFTER TÄVLINGEN

Resultat

Kommer att anslås på väggen i samband med entrén inne i tävlingshallen. (Bredvid avprickningen) Under tävlingen kommer resultatlistorna även ligga ute live på Webathletics. Åldrarna 7-11 år kommer endast visas på webben på tävlingsdagen, sedan blir de dolda men sökbara.

Prisutdelning

Pris till de tre främsta i varje gren i åldrarna 12-15 år. Prisutdelning sker snarast efter det att resultaten blivit anslagna. Alla deltagare i klasserna 7-11 år får minnesmedalj.

Mycket varmt välkomna hälsar arrangören

Kontaktuppgifter:

KFUM Örebro Friidrott

E-post: info@kfumorebrofriidrott.se

Telefon: 019-10 26 36

Tybblelundsvägen 3

70286 Örebro



Tävlingsledare:

Jonathan Waern

