

VESTDANSKE MESTERSKABER 2018

Dansk Atletik og Skive AM byder velkommen til Vestdanske Mesterskaber på Spar Nord Arena den 16. & 17. juni 2018

JURY

Jane Lindved, 1900, Kirsten Bergman, HGF A/M og Aalborg AM

SEKRETARIAT

Er på 1. sal i stadionbygning - ud for målstregen.

UDLEVERING AF STARTNUMRE

Afhentes klubvist i sekretariatet

STARTNUMRE

Skal bæres synligt og må ikke bøjes.

Startnummer bæres på brystet ved alle løb.

Længdespring, trespring og kasteøvelserne på brystet.

Valgfrit ved højdespring og stangspring.

AFKRYDSNING

Der er afkrydsning i **løb** – afkrydsning finder sted senest 60 min før start.

Afkrydsningslisterne er placeret på tavlerne ved indgangen til cafeteriet.

Søndagens afkrydsningslister sættes op i løbet af lørdagen.

Seedningstider kan ikke forbedres på afkrydsningslisten. Tilmeldingsdatoen er gældende for seedningen.

Der kan ikke meldes afbud på afkrydsningslisten. Det foregår i sekretariatet.

Der skal ikke krydses af på ny til finaleheatene. Evt. afbud til finaleheatene meddeles skriftligt til sekretariatet.

MISTET STARTRET

Ved manglende afkrydsning mistes startretten til øvelsen.

CALLROOM

Der vil ikke være callroom. I stedet skal deltagerne møde op senest 15 min før start i løbeøvelserne.

Og senest 30 min før start i de tekniske øvelser, så der kan blive tid til prøvoforsøg.

AFBUD

Afbud skal ske skriftligt i sekretariatet.

SEEDNING

Seedningen er foretaget på baggrund af de tilmeldte resultater. Der er stikprøvevis kontrolleret med www.statletik.dk. Seedningstider kan ikke forbedres på afkrydsningslisten. Tilmeldingsdatoen er gældende for seedningen.

KLUBDRAGT

Deltagerne skal være iført reglementeret klubdragt under såvel konkurrence som under præmieoverrækkelse. Overtrædelse kan straffes med startforbud eller diskvalifikation.

PIGSKO

Max 6 mm pigge på løbebanen.

EVT DOPINGKONTROL.

Lokale 10 i stadionbygningen er reserveret en eventuel dopingkontrol.

OPVARMNING

Opvarmningen foregår uden for inderkredsen.

INDVEJENING AF REDSKABER

foregår i redskabsskuret i følgende tidsrum:

Lørdag: 9.00 – 9.30 og 13.00 – 13.30

Søndag: 8.30 - 9.00

KONKURRENCEAFVIKLING:

LØB

På 80/100 m løbes der indledende heat såfremt deltagerantallet overstiger 8. Heatvindere + bedste tider går videre til finalen. Såfremt der indløber afbud, så deltagerantallet er max. 8 vil indledende heat udgå og der vil blive løbet på finaletidspunktet. I **P12 60H, P13 60H, D13 80 M** og **P17 100 M** er tilmeldt 9 deltagere, så vigtigt at melde evt. afbud i god tid. I **P15** er der 5 indledende heat – og det betyder at der afvikles **Semifinale** med 5 heat vindere og 11 bedste tider).

I løb på **200 m eller længere** løbes der ikke indledende heat. I stedet løbes der C-, B-, A-heat med 6 deltagere i hvert heat. Bedste tid vinder uafhængigt af heatinddelingen. Heatene fyldes op, så der i baneløbene eksempelvis med 8 deltagere, altid vil være 6 deltagere i A-heatet og kun 2 deltagere i B-heatet. Hvis ikke deltagerne har seedningstider, sker der fordeling i heatene. Der er placeret bandedommere under konkurrencerne, og trædes der på baneadskillelsen (den hvide streg på din venstre side) bliver du diskvalificeret.

I løb på **600 m, 800 m, 1.000 m, 1500 m, 3.000 m og 5.000 m og forhindringsløb m/k** er der kun et heat. Enkelte aldersgrupper løber samlet på grund af få deltagere. I disse løb skal deltagerne bære et aldersgruppenummer på ryggen, som de får udleveret ved starten.

På **1.000 m stafet** skal der holdes bane til og med udgangen af 2. skifte (100m + 200 m + 10 m skiftezone). Dvs. at 3. løber herefter må løbe ind på inderbanen. Der foretages lodtrækning om heat og baner.

LÆNGDESPRING, TRESPRING OG KASTEØVELSERNE

I længdespring, trespring og kast gives der 3 forsøg til alle. Herefter får de 6 bedste yderligere 3 forsøg.

Der kastes hammer- og vægtekast i kastegården bag tribunen.

TRESPRING

Der findes en **9-, 11- og en 13 m planke**. Derudover etableres der **afsætslinier** af tape svarende til deltagernes formåen. Der kan ikke skiftes planke under konkurrencen.

Springhøjder: I højdespring er begyndeshøjder og springintervaller som følger:

P12 vejl. start 1,00 m 5 cm interval indtil 1,25 m - herefter 3 cm.
P13 vejl. start 1,00 m 5 cm interval indtil 1,25 m - herefter 3 cm.
P15 vejl. start 1,10 m 5 cm interval indtil 1,35 m - herefter 3 cm.
P17 vejl. start 1,20 m 5 cm interval indtil 1,45 m - herefter 3 cm.
P19 vejl. start 1,30 m 5 cm interval indtil 1,55 m - herefter 3 cm.
P22 vejl. start 1,30 m 5 cm interval indtil 1,55 m - herefter 3 cm.
D12 vejl. start 1,10 m 5 cm interval indtil 1,35 m - herefter 3 cm.
D13 vejl. start 1,10 m 5 cm interval indtil 1,35 m - herefter 3 cm.
D15 vejl. start 1,25 m 5 cm interval indtil 1,55 m - herefter 3 cm.
D17 vejl. start 1,35 m 5 cm interval indtil 1,65 m - herefter 3 cm.
D19 vejl. start 1,45 m 5 cm interval indtil 1,75 m - herefter 3 cm.
D22 vejl. start 1,45 m 5 cm interval indtil 1,75 m - herefter 3 cm

I stangspring er begyndeshøjder og springintervaller som følger:

P12 beg.højde 1,50 m	10 cm interval
P13 beg.højde 1,50 m	10 cm interval
P15 beg.højde 1,60 m	10 cm interval
P17 beg.højde 1,70 m	10 cm interval
P19 beg.højde 1,80 m	10 cm interval
P22 beg.højde 1,80 m	10 cm interval
D12 beg.højde 1,60 m	10 cm interval
D13 beg.højde 1,60 m	10 cm interval
D15 beg.højde 1,80 m	10 cm interval
D17 beg.højde 2,10 m	10 cm interval
D19 beg.højde 2,30 m	10 cm interval
D22 beg.højde 2,30 m	10 cm interval

TILLØBSMÆRKER

Tilløbsmærker i længde-, trespring og stang skal anbringes uden for tilløbsbanen.

I højdespring må der ikke afsættes tilløbsmærker af permanent art. Mærkerne skal kunne fjernes til næste højdespringsgruppe. Dvs. ingen kridt, gerne tape!

INGEN HJÆLP TIL DELTAGERNE FRA INDERKREDSEN

Der skal konkurreres på lige vilkår. Derfor må trænere, ledere og forældre **ikke befinde sig på inderkredsen**. En deltager, der modtager hjælp, får i første omgang et gult kort. **I gentagelsestilfælde må han/hun forlade konkurrencen.**

FOTOGRAFERING/VIDEOOPTAGELSE PÅ INDERKREDSEN

Akkreditering sker ved henvendelse i stævnesekretariatet. Alle fotografer skal bære gul/grøn vest.

PRÆMIEOVERRÆKKELSE

Præmieoverrækkelse foretages hurtigst muligt efter resultatet foreligger. Det betyder at der tages forbehold for at skulle inddrage medaljer igen, hvis der indgives protester – 30 minutter efter offentliggørelser af resultatlister.

OVERNATNING/CATERING:

CAFETERIA

Cafeteriaet er åbent under hele stævnet.

OVERNATNING

Overnatning foregår i Spar Nord Arena. Da der er færre end 150 overnattende vil der ikke være nattevagt. Indkvartering kan finde sted i løbet af lørdagen. Søndag skal hallen være ryddet op og forladt, når stævnet starter. Bagagen kan dog blive stående.

MORGENMAD

Søndag i cafeteriet fra kl. 7.30-9.00

FROKOST

De klubber som har bestilt frokost får udleveret spisebilletter. Frokosten serveres i cafeteriet mod aflevering af spisebillet, når det passer den enkelte i løbet af søndagen. Der serveres blandt andet pastasalat.

AFTENSMAD

For klubber, der har bestilt aftensmad, så er der åbent i VIP-lokalet på 1. sal fra kl. 17.30 til kl. 19.45.

ØVRIG PRAKTISK INFORMATION:

PARKERING

Parkeringspladsen mellem Arenaen og "Søndercenteret" har to ejere. I den del der er nærmest Arenaen er der fri parkering, medens delen nærmest Søndercenteret er underlagt parkerings-restriktioner – og der er parkeringsvagter på stedet. Adskillelsen fremgår af skiltningen. Parkeringen er i øvrigt gratis.

Såfremt der er spørgsmål – så kan Annette Nørgård Jensen kontaktes på mobil 30340855.