

## INFORMASJON TIL LEDERE OG AKTIVE

### Bamselekene 12. og 13. mars 2016

**Avkryssing:** Foregår i 2. etasje i hallen. Avkryssing må skje senest **1 time** før øvelsesstart. Etter avkryssing er avsluttet og seeding har funnet sted, kunngjøres heat- og banefordeling ved startstedet.

**Stevnekontor:** 2. etasje i hallen, er åpent fra kl. **08.30** begge dager.

**Lagposer:** Hentes i 2. etasje. Inneholder bl.a. startnummer og program.  
**NB! Samme startnummer brukes begge dager.**

**Pigger:** Maks pigglengde er 6 mm. Kun butte pigger godkjennes. På enkelte høydesko kan det brukes en spesiell type 9 mm. Godkjente pigger kan kjøpes i hallen.  
**Kontroll av piggsko kan bli foretatt ved startsted for den enkelte øvelse. De som møter til start med ulovlige pigger, får ikke starte**

**Garderober:** Vær oppmerksom på at det **ikke er tillatt å ha på piggsko i garderobene.** Det er ikke tillatt å ta med glassflasker inn i hallen.

**Oppvarming:** Oppvarming bør helst skje ute. Uvedkommende har ikke adgang til indre bane. Utøvere som ikke konkurrerer skal ikke befinne seg på indre bane.

**Lengde:** Innløp av tilløp **MÅ SKJE VED SIDEN AV LENGDEGROPA.** Planken er forlenget med tape.  
10-13 år benytter satssone (50 cm) og alle deltagere har 3 forsøk.  
Klasser med svært stor deltakelse kan bli delt i 2 puljer.  
For 14 år og eldre har alle deltagere 4 forsøk dvs. ingen finaleomganger.

**Kule** Alle har 4 forsøk dvs. ingen finaleomganger.

**NB! I klasser med svært stor deltakelse kan det i lengde og kule bli reduksjon i antall forsøk.**

**Løp** På 60m for 13 år og eldre er det forsøk og finale dersom det er flere enn 8 deltagere. De 8 beste tider til finale.  
**Hvis forsøk utgår, avvikles finalen på det tidspunkt finalen er satt opp.**  
**Øvrige løp** (60m 10 -12 år, samt alle løp 200m og lengre) tid avgjørende.

**Høyde** Lista flyttes opp minimum 5 cm.

**Stafett** Lagoppstilling leveres i sekretariatet senest 1 time før start.

**Etteranmelding:** Det tas ikke imot etteranmeldinger stevnedagene

**LYKKE TIL MED KONKURRANSENE!**