

Informasjon til Distriktskampen i Bærum Idrettspark 14.januar

OPPMØTE: Det er ønskelig at alle møter opp senest kl. 11.00. Distriktskampen er en lagkonkurranse og vi ønsker å heie på alle som er i aksjon. Dersom øvelsen din begynner sent på ettermiddagen har vi forståelse for at du kommer senere. Hvert lag har sin egen «base» på tribunen.

TRØYER: Det blir dessverre ingen trøyer i år. Dere skal konkurrere i egen klubbdrakt. Vi ønsker ikke ha noen egenandel på dette arrangementet.

MAT: Alle fra Oslo og Akershus får én gratis rett. Dere kan velge mellom lasagne, lasagne (vegetar), Sushi (10 biter) eller Poke bowl. Dere registrerer navn og krets i kiosken.

KONKURRANSEN: Hver krets kan ha to deltakere i hver øvelse (utenom stav), og utøverne kan ikke være med i mer enn tre øvelser hver. Lederne fra hvert lag har ansvar for å fylle tomme plasser ved skade eller annet forfall på stevnedagen. Det er veldig viktig at vi har noen med i hver øvelse med tanke på poengberegning. Mange er med i flere øvelser og det kan bli noen kollisjoner her og der. Arrangøren skal være smidig på dette og tilrettelegge for at du skal få gjort maksimalt i alle øvelsene du er med i. Husk å lese tidsskjemaet nøye. Vær forberedt.

FORFALL: Erfaringsmessig kommer det alltid noen forfall på konkurransedagen av ulike årsaker. Lagledernes sin oppgave blir å etterfylle så godt som mulig. Det betyr at du kan få en forespørsel om å stille i en øvelse som du ikke var tatt ut i, i tillegg til de andre øvelsene du er med i.

STAFETT: Stafettlaget til Oslo er allerede tatt ut, men Akershus sitt lag blir tatt ut torsdag 12.01.

EGENANDEL: Det er ingen egenandel for utøvere/klubber

Vedlagt finner dere stevneinformasjon og tidsskjema.

KONTAKT: stian.andersen@friidrett.no eller telefon 92457042