

PM – Turebergskampen 2019

Tävlingsdagen:

Samling för varje grupp sker klockan 08.00 på Sollentunavallen, respektive träningsgrupp ansvarar för vart på Sollentuna man samlas. Den åldersklassen som börjar med 60m löpning bör även pricka av sig i samband med samlingen, då det ska ske 60min innan grenstart. Nummerlappar finns vid målhuset och hämtas av lagledare från respektive träningsgrupp vid målhuset. Nummerlappen placeras tydligt på magen/bröstkorgen med säkerhetsnålar. Varje grupp ansvarar själva för gemensam uppvärmning. Efter uppvärmning går träningsgruppen ut till respektive gren, kolla noga igenom tidsprogrammet som finns på hemsidan och uppsatt utanför målhuset vart ni ska vara och när. Första start kommer att vara klockan 09.00. Se till att försöka hålla tidsprogrammet i största möjliga mån.

Prisutdelningen för Turebergskampen hanteras av varje träningsgrupp efter avslutad gren. När träningsgruppen avslutat sin sista gren hämtar ni deltagarmedaljer av Daniel vid målhuset så kommer speaker ropa upp respektive träningsgrupp att gå upp på prispallen. Vandringpokalen kommer att delas ut i ett senare skede, i samband med träning.

Avprickning till löpning:

Avprickning sker 60 minuter innan första löpgren, avprickningslistorna sitter vid målhuset. Det är varje aktivs uppgift att pricka av sig i tid till löpgrenarna. När ni har samling kan ni passa på att visa vart man prickar av sig och hur man gör det, då det är något man förväntas göra vid andra friidrottstävlingar. Eftersom det är en tävling där syftet är att lära våra aktiva att tävla som kommer vi ha överseende med om någon kommer sent med sin avprickning.

Efteranmälan:

Vi vill ha så få efteranmälningar som möjligt, detta eftersom det finns risk att deltagarna blir utan medalj. Det går dock att göra efteranmälan på tävlingsdagen, detta görs vid målhuset 60 minuter innan grenstart.

Funktionärer:

Varje träningsgrupp ska ställa upp med 2 funktionärer per träningsgrupp. Nedan ser ni vilka grupper som ansvarar för vilken del under tävlingen. Samlingen för samtliga funktionärer sker klockan 08.15 vid kulringen, där kommer Daniel Cortobius ha genomgång av vad som gäller för respektive gren. Det finns några specialistuppdrag som vi skulle behöva bemanna, det är dels någon som skjuter iväg deltagarna (starter) och sedan en speaker. Namnen på funktionärer kan skickas in till dc@turebergfriidrott.se senast fredagen den 10 maj.

Samtliga funktionärer kommer få en kaffe och en smörgås, biljetten för detta kommer att vara funktionärsvästen som de får i samband med samlingen. Tanken är att ni ska vara en extra så man kan turas om att gå i väg och kolla på sitt barn när det tävlar.

Funktion	Grupp	Uppgift
Serveringen, 2st	2012 Blå	Förberedelser
Serveringen, 2st	2012 Röd	Försäljning
Serveringen, 2st	2012 Grön	Försäljning
Längdhopp 1, 2st	2011 Blå	Resultatinmatning/upprop
Längdhopp 1, 2st	2011 Grön	Kratta/Sopa
Längdhopp 1, 2st	2011 Röd	Mäta
Längdhopp 2, 2st	2011 Gul	Resultatinmatning/upprop

Längdhopp 2, 2st	2011 Svart	Kratta
Längdhopp 2, 2st	2011 Gul	Mäta
Kula 1, 2st	2010 Blå	Resultatinmatning/upprop
Kula 1, 3st	2010 Grön	Mäta/rulla tillbaka kula
Kula 2, 2st	2010 Gul	Resultatinmatning/upprop
Kula 2, 3st	2010 Röd	Mäta/rulla tillbaka kula
60m	2010 Svart	Upprop/ställa ordning löpare

Servering

Det kommer att finnas en servering med lättare förtäring, vilket innebär frukt, dricka, fika, kaffe och smörgås. I och med att tävlingarna beräknas vara klara omkring 12.00 kommer vi inte servera lunch.

Regler/poängberäkning:

Varje grenstart en aktiv gör räknas som 1 poäng för träningsgruppen. Sedan ger placering 1 – 10 poäng i följande ordning 1: a placering 10 poäng, 2: a placering 9 poäng osv ner till 10:e placering 1 poäng. Den träningsgrupp som har flest antal grenstarter och mest placeringspoäng vinna Turebergskampens vandringspokal. Vinnare i Turebergskampen kommer presenteras efter tävlingen är avslutad då det kommer ta någon dag att räkna ihop poängen. Vandringspokalen kommer att fotas tillsammans med vinnande grupper på träningarna veckan efter Turebergskampen.

Resultatlistor för varje gren kommer publiceras vid målhuset. Vi kommer inte dela ut några resultatmedaljer utan endast deltagarmedaljer och vandringspokalen. Tävlingsens syfte är att få så många som möjligt att delta och ska vara en kul och positiv upplevelse för alla.

Grenregler:

Löpning:

I alla individuella löpgrenar gäller max 1 lopp per person (inga finaler).

Längd:

Hoppzon, 3 hopp totalt, uppdelat på två längdhoppsgropar

Kula:

3 försök per aktiv, uppdelat på två kulringar



[Turebergs FK](#)



#turebergsfk