

INFORMASJON



Konkurransenarena: Prestfoss Idrettspark. Arenaen har 6 løpebaner. Slegge foregår inne på stadion.

Stevnekontor: Sigdal ungdomsskole, rett ved stadion (NM-kart, bokstav C)

Torsdag	kl. 16.00 - kl. 23.00
Fredag	kl. 09.00 - kl. 20.00
Lørdag	kl. 09.00 - kl. 18.00
Søndag	kl. 09.00 - kl. 16.00

Akkreditering: Deltakere, trenere, ledere og gjester får utdelt kort på stevnekontoret.

Startnummer: Deles ut på stevnekontoret (samme nr. alle dager, to nr. pr. deltaker) Husk at startnummer skal festes både på bryst og rygg. Dette gjelder ikke hoppøvelser hvor utøveren kan ha *ett* startnummer, enten foran eller bak.

Garderober: Sigdal ungdomsskole, rett ved stadion (NM-kart, bokstav G)

Toaletter: Sigdal ungdomsskole (NM-kart ved siden av kiosk, bokstav F) og i garderobe.

Kontr. kastredskap: Personlig kastredskap som ønskes brukt i konkurransen, må leveres til kontroll seinest en time før start (NM-kart, bokstav N). Arrangør oppbevarer og tar med kastredskapen til øvelsesstedet. Personlig kastredskap kan brukes av de andre deltakerne.

Opprop: Personlig frammøte på konkurransedagen seinest en time før øvelsesstart, med unntak av stav hvor fristen er 90 minutter, se tidsskjema. Dersom det har vært kvalifisering/mellomheat/semifinale i en øvelse, er det ikke opprop. Utøveren møter direkte til innmarsj. Ved opprop (avkryssing) i stafett skal ansvarlig lagleder møte. Lagoppstilling leveres på skjema utlevert av arrangør.

Innmarsj: Frammøte i nordre sving (NM-kart, bokstav O) 15-30 min.

før øvelsesstart (stav 1 time.), jf. tidsskjema. Utøverne kan ikke ta med seg innspillings- eller avspillingsutstyr av lyd, levende bilder, eller lignende utstyr inn på banen. Dette gjelder også mobiltelefoner.

- Oppvarming:** Stier/veger ved stadion og på museumsområdet (NM-kart, bokstav K. Det tillates min. ett oppvarmingskast på banen, avhengig av tid.
- Resultater:** Oppslagstavler ved stadion. Resultater legges fortløpende ut på nett: www.nmsigdal.no
- Nett-tilgang:** Det vil bli gratis tilgang til trådløst nett over hele stadionområdet.
- Premieutdeling:** Frammøte for innmarsj i nordre sving (NM-kart, bokstav P. Se eget tidsskjema, oppslag på tavler. NM-medaljer. Det deles ut pokal fra Friidrettens Venner til beste utøver av hvert kjønn.
- Matsalg:** Frokost Sigdal ungdomsskole (må bestilles).
Salg av grillmat i salgstelt (NM-kart, bokstav J).
Salg i kafé (NM-kart, bokstav E).
- Hoppøgder:** Det er samme hoppøgder i begge aldersklasser

Høgde

Kvinner: 1.50, 1.55, 1.60, 1.63, 1.66, 1.69, 1.72 + 2 cm. Omhopp 2 cm.

Menn: 1.75, 1.80, 1.85, 1.90, 1.94, 1.97, 2.00, 2.03, 2.06 + 2 cm. Omhopp 2 cm.

Stav

Kvinner: 2.40, 2.50, 2.60, 2.70, 2.80, 2.90, 3.00 + 5 cm. Omhopp 5 cm.

Menn: 3.20, 3.40, 3.60, 3.75, 3.90, 4.00, 4.10, 4.20, 4.30, 4.40, 4.50 + 5 cm. Omhopp 5 cm.

Kvalifiseringskrav for finalene:

Menn	MU23	MU20	Kvinner	KU23	KU20
Høgde	1.98	1.98	Høgde	1.63	1.63
Stav	4.30	4.30	Stav	2.80	2.80
Lengde	6.70	6.70	Lengde	5.50	5.50
Tresteg	13.75	13.75	Tresteg	11.50	11.25
Kule	13.00	13.00	Kule	11.00	11.00
Diskos	41.00	40.00	Diskos	38.00	38.00
Slegge	57.00	52.00	Slegge	45.00	40.00
Spyd	58.00	58.00	Spyd	38.00	38.00

Se også tidsskjema.