

MAI hälsar välkommen till Malmö Indoor Challenge i Athleticum, Malmö 4-5 mars 2023



Inbjudan Malmö Indoor Challenge

PROVA-PÅ-TÄVLING utan startlistor och heatindelning för F/P 7-9. **Barnen väljer själva vilka av grenarna:** 60m, 40m häck (30 cm frekvenshäckar), längd, kula, stav/stavlängdhopp, de vill göra och med vem de vill springa med.

"PROVA-PÅ" pågår kl 09.00 - 10.30. För dig som inte har din tränare på plats finns tränare som är med och stöttar och visar hur det går till i de olika grenarna. Samling och uppvärmning kl 09.00 och tävlingsstart kl 09.30.

Speciella Tävlingsregler

F/P 9-14: Alla deltagare får 4 försök i längd, tresteg och kula

F/P9: 40m häck, avstånd till första häck 10 meter, häckavstånd 6,5 meter, frekvenshäckar ca 30 cm

F/P10, F/P11: 60m häck, avstånd till första häck 11,75 meter, häckavstånd 7 meter, häckhöjd 60 cm

A och B-final i: 60m, 60m häck och 40m häck i alla klasser

ANMÄLAN

Anmälan sker via www.EasyRecord.se

SISTA ANMÄLNINGS DAG

Söndag den 26 februari 2023.

ANMÄLNINGS AVGIFT

- 85 kr per gren (F/P9 - F/P15)
- 100 kr per gren (F/P17 - KS/MS)
- 150 kr för "PROVA-PÅ"

EFTERANMÄLAN

I mån av plats mot dubbel avgift.

Alla avgifter faktureras klubbvis i efterhand.

PRISER

Deltagarmedalj till alla i åldern födda 2012-2016 som deltar i 2 grenar eller fler. Diplom till alla i åldern 2012-2016. Pris till de sex främsta i varje gren och åldersklass från 12-årsklass och äldre. De tre främsta i varje gren för åldersklasserna 15, 17 och senior.

TIDSPROGRAM OCH PM

Tidsprogram och PM kommer att finnas senast tisdag 28 februari på www.mai.se/mic

KIOSK & GRILL

Under tävlingen är kiosken och grillen öppen, här finns hamburgare, toast, korb med bröd, dricka, kaffe/te, kakor m.m.

GLOBAL SPORT

Global Sport kommer att finnas i Athleticum under tävlingen med försäljning av skor och redskap.

KONTAKTA OSS

MAI:s kansli | info@mai.se | 040 - 86 900

GRENPROGRAM

LÖRDAG 4 MARS

F/P9: 60m, 40m häck (30 cm frekvenshäckar), 200m (manuell tidtagning), längd, kula

F/P10 och 11: 60m, 200m, kula, stavlängdhopp och fem steg ut i grop

F/P12 och 13: 60m, 200m, höjd, längd

F/P14: 60m, 200m, höjd, längd

F/P15: 60m, 200m, höjd, längd

SÖNDAG 5 MARS

F/P 7-9 | PROVA-PÅ-TÄVLING: 60m, 40m häck (30 cm frekvenshäckar) längd, kula, stav/stavlängdhopp

F/P10 och 11: 600m, 60m häck (60 cm), höjd, längd

F/P12 och 13: 60m häck, 800m, stav, tresteg, kula

F/P14: 60m häck, 1000m, stav, tresteg, kula

F/P15: 60m häck, 1000m, stav, tresteg, kula

F/P17 och P19: 60m häck, kula

KS/MS: 60m, 60m häck, 200m, 800m, höjd, stav, längd, tresteg, kula

VDM K35-80/M35-80: 400m, 3000m, stav, tresteg

MAI.SE/MIC

Senast uppdaterat: 2023-01-17, 15:58