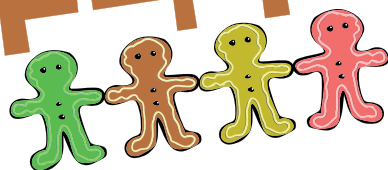




PEPPARKAKS SPELN



MAI hälsar välkommen till Pepparkaksspelen i Athleticum, Malmö den 14 december 2019

INBJUDAN

- **PROVA-PÅ-TÄVLING** utan startlistor och heatindelning för F/P 7-9. Barnen väljer själva vilka av grenarna 60m, 40m häck, längd, "5-steg i ring uthopp i grop" och kula de vill starta i och med vem de vill springa under den 1,5 timme som tävlingen pågår. "5-steg i ring uthopp i grop" utföres i hopprytmen (**vv hh v/hh vv h**), där hoppet mäts från avstampet i sista ringen och ut i gropen. Till hjälp finns tränare som är med och stöttar och berättar hur det går till i de olika grenarna. Väljer du att följa en tränare kommer de att gå runt till de olika grenarna.
- **För F/P 9-13 år** erbjuds alla 4 försök i längd och kula. 60m och 40/60m häck avgörs med A-B-C-D finaler. Stavlängdhopp: Kort ansatts, stavisättning i markerat område i hoppgropen. Hoppet mäts från stavisättning till landning i grop.

ANMÄLAN

www.mai.se/Pepparkaksspelen/anmalan

SISTA ANMÄLNINGSDAG

Fredag 6 december 2019.

ANMÄLNINGSavgift

- 70 kr per gren
- 150 kr för prova på

EFTERANMÄLAN

Sker på tävlingsdagen i mån av plats och till dubbel avgift.

Alla avgifter faktureras klubbvis i efterhand. Utländska klubbar betalar kontant på plats.

PRISER

Pris till de sex främsta i varje gren och åldersklass.

PROVA-PÅ-TÄVLING: Pris till alla deltagare som har startat i minst 3 grenar.

Pepparkaka till alla deltagare.

PRELIMINÄRT TIDSPROGRAM

F/P 7-9 år: Kl 10.00-11.30 (PROVA-PÅ)

F/P 9 år: Kl 11.30-13.30

F/P 11-13 år: Kl 11.00-15.00

M/K: Kl 13.00-15.00

TIDSPROGRAM OCH PM

Tidsprogram och PM kommer att finnas senast onsdag 11 december på www.mai.se/Pepparkaksspelen

ÖVRIGA UPPLYSNINGAR

MAIs kansli, info@mai.se

Startlistan uppdateras kontinuerligt.

GRENPROGRAM

PROVA-PÅ-TÄVLING - Kl 10.00-11.30

F/P 7-9 år (2011-2013): 60m, 40m häck (60,0), längd, 5-steg i ring uthopp i grop, kula

F9 (2011): 60m, 400m, längd, stavlängdhopp, kula

P9 (2011): 60m, 400m, längd, stavlängdhopp, kula

F11 (2009-2010): 60m, 600m, 60m häck (68,6), höjd, stav, längd, kula

P11 (2009-2010): 60m, 600m, 60m häck (68,6), höjd, stav, längd, kula

F13 (2007-2008): 60m, 600m, 60m häck, höjd, stav, längd, kula

P13 (2007-2008): 60m, 600m, 60m häck, höjd, stav, längd, kula

M/K (2006 eller tidigare): 60m, 200m, stav

40m häck F/P 7-9 år

Avstånd till första häck 10 meter, häckavstånd 6,5 meter

60m häck F/P 11 år

Avstånd till första häck 11,75 meter, häckavstånd 7 meter