



Uppdaterat 2025-01-28

# PM Göteborgs Inomhus

Välkommen den 31 jan till 2 feb till Friidrottens Hus

För att vi ska kunna genomföra tävlingen på bästa sätt så ber vi er läsa igenom informationen nedan!

- Tävlingsarena:** Friidrottens hus, Mikael Ljungbergs väg 10, Göteborg
- Parkering:** Parkering sker på lediga platser som finns i anslutning till Friidrottens hus/Frölundaborg eller dess närhet.
- Information:** Tidsprogram/Startlista/resultatlista hittar ni på: [ullevi-vikingen.se](http://ullevi-vikingen.se)
- Anmälningavgifter:** Faktureras till föreningen direkt efter avslutad tävling.  
Ej avanmälan!
- Efteranmälan:** Endast i mån av plats till dubbelavgift.
- Omklädning/Toaletter:** Är tillgängligt i Friidrottens hus.
- Uppvärmning:** I Friidrottens hus på tillgängliga ytor utan att störa tävlingen.  
  
Frölundaborg men samtidigt som det pågår hockeymatcher får man inte värma på långsidan mot Friidrottens hus. Uppvärmning får ske vid borte långsida mot Slottsskogen och kortsidan mot Slottsskogsvallen.
- Nummerlappar:** Hämtas individuellt vid ena kortsida av läktaren i Friidrottens hus.
- Avprickning:** Avprickning endast i alla löpgrenar senast 60 minuter före start!  
**OBS:** [Digital avprickning via länk på hemsidan](#). Länken öppnar vid midnatt (00:00) tävlingsdagen.
- Upprop:** Upprop vid startplatsen för alla grenar 15 min före start!
- Utrustning:** Max 6mm spiklängd i löpgrenar samt 9mm i hopp.
- Prisutdelningar:** 3 priser P/F 15 år och äldre  
6 priser P/F 13–14 år  
Pris till alla 12 år och yngre (utdelning intill sekretariatet)
- Resultat:** Hittar ni på: [trackandfield.se](http://trackandfield.se) och på anslagstavlor i hallen.
- Klass P/F 2010/11/12:** 4 Försök för alla i längd och kula. Final direkt 60m.
- Kvalificering 60m:** Endast finalkvalificering på tider.
- Sträckor 200m& längre:** Final direkt (A-, B-heat etc.)\*
- Häck 60m:** Samtliga tävlande garanterade två lopp
- Servering:** Vi kommer ha Cafeteria som serverar varm lunch och fika.

**Höjningsschema höjdhopp:**

<b>M</b>	162	170	176	181	186	190	194	197	203	206	208	2 cm
<b>P17</b>	146	154	160	164	168	172	175	178	181	184	187	2 cm
<b>P15</b>	115	120	125	130	134	138	142	146	150	154	158	3 cm
<b>P14</b>	115	120	125	130	134	138	142	146	150	154	158	3 cm
<b>P13</b>	115	120	125	130	134	138	142	146	150	154	158	3 cm
<b>P12</b>	100	105	110	115	120	124	128	132	135	138	141	2 cm
<b>P11</b>	90	95	100	105	110	115	120	124	128	132	135	3 cm
<b>K</b>	140	146	151	156	160	164	168	172	175	178	180	2 cm
<b>F17</b>	125	130	135	140	144	148	151	154	157	160	163	3 cm
<b>F15</b>	125	130	135	140	144	148	151	154	157	160	163	3 cm
<b>F14</b>	110	115	120	125	130	135	140	145	148	151	154	3 cm
<b>F13</b>	110	115	120	125	130	134	138	142	146	149	152	2 cm
<b>F12</b>	90	95	100	105	110	115	120	124	128	132	136	3 cm
<b>F11</b>	90	95	100	105	110	115	120	124	128	131	134	3 cm

\* Seedning 200 m och längre:

- Seedning 200 m seedas enligt banordning 4-3-2 (bana 1 går tom)
- 400 m seedas enligt 3-4-2 (bana 1 används endast om det inte kan undvikas).

**Vi önskar er varmt välkomna!**

