



**PM MAIK INDOOR
25-26 FEBRUARI 2023**

Parkering: Hyrd parkering för tävlingen finns på Dalen Södra (se bild nedan).



Pris per dag 40 kr som Swishas till Mölndals AIKs nr: 123 314 30 70. Ange regnr vid betalning.

Parkeringsmöjlighet finns också utanför Friidrottens Hus (Frölundaborg & Slottsskogsvallens parkering). Betalning via kort eller appen *Parkering Göteborg*.

Prisutdelningar: Fortlöpande under tävlingsdagarna.
Inga priser i seniorklasserna, 3 priser P/F15-17, 6 priser P/F 12-14 och i 10-11 årsklasserna får alla deltagare en medalj per dag. Hämtas efter avslutat tävlande nedanför sekretariatet.

Resultatservice: Uppdateras live för 12 år och äldre [via webben](#) samt i appen *Roster Athletics*. Resultat i samtliga klasser publiceras även i pappersform under sekretariatet.

Försök och Final: "Final direkt" (A-, B-heat etc.) sträckor 200m o längre. 60m 8 (resp 16) till A-final (och B-final). A- och B-final vid fler än 24 startande (undantaget män & kvinnor där alla får 2 lopp). 60m häck 8 till A-final (ingen B-final). Endast kvalificering på tider. I häckklasser med final direkt erbjuds även extralopp.

Försäljning utrustning: Idrottsspecialisten är på plats med ett stort sortiment av spikskor till fantastiska priser!

Servering: Vi kommer att ha en servering båda tävlingsdagarna på våning 2 med bl.a. toast, pannkaka, korv med bröd, kaffe, godis, läsk. Endast Swish-betalning.

Höjningsschema Höjd:

P17: 147 - 152 - 157 - 162 - 166 - 170 - 174 - 178 - 182 - 185 + 3cm

F17/F15: 128 - 133 - 138 - 143 - 148 - 152 - 155 - 158 - 161 + 3cm

P15/P14: 121 - 127 - 133 - 138 - 143 - 148 - 152 - 156 - 160 - 163 - 165 + 2cm

F14: 110 - 116 - 122 - 127 - 132 - 137 - 141 - 145 - 149 - 152 + 3cm

P13: 113 - 119 - 124 - 129 - 134 - 139 - 144 - 148 - 151 + 3cm

F13: 108 - 114 - 119 - 124 - 129 - 134 - 139 - 143 - 147 - 150 + 3cm

P/F12: 94 - 100 - 106 - 111 - 116 - 121 - 126 - 131 - 135 - 139 + 3cm

P/F11: 84 - 90 - 96 - 102 - 108 - 113 - 118 - 123 - 128 - 132 - 135 + 3cm

P/F10: 79 - 85 - 91 - 97 - 103 - 108 - 113 - 118 - 122 - 126 - 129 + 3cm

Höjningsschema Stav: Höjningsschema upprättas av grenledaren och finns tillgängligt tävlingsdagen.

Höjd 1: Står i riktning mot kulringen.

Höjd 2: Står i riktning mot 200m-starten.

Grop 1: Mittengropen.

Grop 2: Gropen vid stavhoppet.

Grop 3: Gropen mot styrkehallen.

Längdplankor: Zon upp till och med 13 år därefter plankor.

Tresteg: **P17/P15/P14:** 6m, 8m, 10m

F17: 8m och 10m

F15/F14/P13: 6m, 8m och 9m (P13 har zon)

F14: 7m och 9m

F13: 6m och 8m (zon)

Längd/kula: I längd och kula P/F12 och yngre har samtliga tävlande 4 försök.