

## SKOLEBANNERKAMPEN ONSDAG 11. JUNI 2014

### Tidsskjema:

kl 11.00	60m	gutter 2 heat
kl 11.00	Høyde	gutter begynerhøyde 1,12-1,20-1,26-1,32-1,37-1,42-1,47 + 5cm
kl 11.10	60m	jenter 2 heat
kl 11.15	Lengde	jenter
kl 11.15	Kast liten ball	gutter
kl 11.50	5x60m stafett	gutter
kl 12.00	5x60m stafett	jenter
kl 12.05	Høyde	jenter begynerhøyde 1,04-1,12-1,18-1,24-1,29 + 5cm
kl 12.05	Lengde	gutter
kl 12.10	Kast liten ball	jenter
kl 12.45	600m	gutter
kl 13.00	600m	jenter

**Alle skoler stiller med minimum 1 funksjonær/dommer**

NB! Vær ute i god tid, det kan bli endringer i tidsskjemaet/tidspunktene, eventuelle forandringer vil bli kunngjort over høyttaleranlegget.

**Hver skole stiller med 2 utøvere i hver øvelse både for jenter og gutter.** For at Bannerkampen skal ta noe kortere tid enn tidligere er det **kun tillatt for hver utøver å være med i**

- **maks 3 individuelle øvelser + stafett**
- **det er ikke mulig å kombinere høyde og liten ball**

Laglederne må se etter at deltakerne er på plass ved opprop straks før øvelsene starter.

Laglederne bør også være til stede ved oppropene slik at funksjonærene kan få beskjed om eventuelle endringer, fravær etc.

Dersom noen deltar i 2 øvelser samtidig, må lagleder varsle dommerne om dette, deltakeren kan da ta igjen sitt forsøk.

### REGLER SOM SKAL FØLGES

<b>PIGGSKO:</b>	Det er tillatt å bruke piggsko.
<b>FORSØK:</b>	I kast og hopp er det 3 forsøk.
<b>TID AVGJØR:</b>	I løp med mer enn 1 heat er det tiden som avgjør.
<b>BALLKAST:</b>	I ballkast brukes kastmerke for hver elev, lengste kast måles etter siste kast. Husk! Ikke trå over stopplinjen etter kastet.
<b>LENGDE:</b>	I lengdesprang brukes 50 cm meter satssone, spranget måles fra satsfotens tå.
<b>HØYDE:</b>	Se egne hopphøyder, siste gjenstående hopper kan deretter velge, men minimum 3 cm heving.
<b>60M:</b>	Liggende start brukes, deltakerne kan velge stående start uten startblokk.
<b>5X60M STAFETT:</b>	NB! Stafetten løpes frem og tilbake på langsiden uten stafettpinne og uten vekslingsfelt, men med å klapse partner i hånden.