



Søndag 15. februar kl. 12:00 er det klart for årets innendørs KM for Rogaland i DeepOcean Arena. Mesterskapet er for utøvere fra 11 år og eldre.

Påmelding

Foregår i iSonen med påmeldingsfrist onsdag 11. februar kl. 23:59

Avmelding:

Etter påmeldingsfristens utløp kan ikke avmelding utføres i iSonen.

Dersom du vet at du ikke skal starte, selv om du er påmeldt, ber vi om at dette meldes til telefon: **476 55 284** snarest (husk navn, klasse og øvelse). Da får vi ajourført startkort og lister før siste klargjøring.

Blir en uventet syk eller skadet og ikke kan stille til start, ønsker vi også at dette meldes via sms til: **476 55 284**

Forfall søndag formiddag meldes direkte til startordner på øvelsesstedet.

Startnummer

Alle deltakerne skal benytte startnummer under stevnet i alle øvelser og alle klasser. Startnummer blir delt ut klubbvis fra stevnekontoret (inne i hallen til venstre), og en ansvarlig fra hver klubb kvitterer ut konvolutten til sin klubb.

Piggsko

Det er et **absolutt krav** om 5mm butte innendørspigge i DeepOcean Arena.

For de som ikke er riktig «skodd» har vi innendørs-pigge for salg i kiosken oppe i 2. etasje i hallen. Pris kr. 6,- pr. stk.

Opprop:

Det er IKKE avkryssing på arrangementet. Avmelding fra øvelse du er påmeldt til (se ovenfor). For de tekniske øvelsene gjelder fremmøte 15 minutt før oppsatt starttid i tidsskjema.

Det blir fakturert dobbel startkontingent for utøvere som på forhånd ikke melder fra om forfall til aktuell øvelse.

Vi oppfordrer trenere, ledere og foreldre om å informere utøvere sine om dette.

Plassering/rekkefølge:

Dersom det er flere enn åtte utøvere i en klasse (60m/60m hk), vil det bli satt opp flere heat (seadet), og tidene vil avgjøre plassering i klassen.

Det samme gjelder for 200m og for de klassene hvor det er nødvendig å dele utøverne i flere heat.

Lister med heatoppsett legges ut på hjemmesiden vår i løpet av fredag 13. februar.



Vi vil oppfordre alle til å sjekke startlistene om de er påmeldt på den/de øvelsen(e) de forventer.

Vennligst gi beskjed til: post@haugesundil.no dersom noe ikke stemmer.

Temperatur i hallen:

Vi har hatt en langvarig periode med kaldt vær, noe som har medført at temperaturen i hallen ligger på ca. 15 grader.

Anbefaler derfor å ta med litt ekstra tøy – både utøvere og publikum.

Stafetter:

Stafettlag kan meldes på til stevnekontoret, på eget skjema, fram til en time før start. Skjema for påmelding/lagoppstilling finnes på stevnekontoret.

Aktuelle klasser og øvelser er:

- J/G 13/14, J/G 15/16, MS og KS: 4x200m stafett.

Tidsskjema og resultatservice

Tidsskjema vil vi publisere senest fredag ettermiddag på:

[Friidrett - Haugesund Idrettslag | Haugesund Idrettslag \(haugesundil.no\)](http://Friidrett-Haugesund Idrettslag | Haugesund Idrettslag (haugesundil.no))

Fortløpende resultatservice vil også knyttes til denne siden:

[Friidrett - Haugesund Idrettslag | Haugesund Idrettslag \(haugesundil.no\)](http://Friidrett-Haugesund Idrettslag | Haugesund Idrettslag (haugesundil.no))