



PM

Rosenboms spelen 15-16 juni 2024

KA 2 IF hälsar alla tävlande, ledare och publik hjärtligt välkomna till Rosenboms spelen 2024!

Arena

Tävlingen avgörs på Västra Mark IP, Karlskrona. Vägbeskrivning hittar du längst ner i detta PM.

Omlädnig

Möjlighet till dusch och omlädnig finns på arenan.

Avprickning

Avprickning sker endast i löpgrenar och det görs digitalt på <https://www.easyrecord.se/>, Gå till Karlskronaspelen och blå knapp för Avprickning senast 45 minuter innan start.

Övriga grenar: Upprop ca 15 minuter innan start vid platsen för respektive gren.

Upprop

Upprop sker 15 minuter före start i samtliga grenar. Första start Se tidsprogram på;

[KA 2 Idrottsförening \(sportadmin.se\)](https://www.sportadmin.se/)

Utrustning

Längsta tillåtna spiklängd är 7 mm. Egna kastredskap ska kontrolleras av teknisk ledare innan start.

Tidtagning

Elektronisk tidtagning tillämpas.

Nummerlappar

Nummerlappar skall bäras på bröstet då man deltar i lopp som överstiger 400 meter. Nummerlappar delas ut i samband med uppropet och lämnas tillbaka efter genomförd tävling. Inga nummerlappar i övriga grenar.



KA 2 IF FRIIDROTT
Medvind i steget



Löpning

Löpningar 60m, 80m, 100m, 60mh, 80mh, 100 mh, 110 mh avgörs med försöksheat och final vid fler än 8 deltagare. De 8 bästa tiderna går till final. Om det efter avprickning visar sig att färre än 8 kommer att delta, kommer finalen att avgöras på tiden för försök.

Vid fler än 6 deltagare i 200m, 300m och 400m, avgörs tävlingen i seedade heat med indelning baserat på årsbästa som angivits vid avprickning.

I klasserna P/F 9 och 11 springer alla ett lopp var i alla löpgrenar (ingen final).

Höjdhopp och stavhopp

Följande höjningsscheman används. Vid sammanslagning av två åldersklasser tillämpas det höjningsschema med lägst ingångshöjd.

Höjdhopp

M 172 - 179 - 185 - 190 - 195 - 199 - 203 - 207 - 210 - 213 - 216 - 219 + 3 cm

P17 145 - 150 - 155 - 159 - 163 - 167 - 170 - 173 - 176 - 179 + 3 cm

P15 132 - 139 - 145 - 150 - 155 - 159 - 163 - 167 - 170 - 173 - 176 - 179 + 3 cm

P13 105 - 110 - 115 - 120 - 125 - 130 - 134 - 138 - 141 - 144 + 3 cm

P11 90 - 95 - 100 - 105 - 110 - 115 - 120 - 125 - 130 - 133 - 136 - 139 + 3 cm

K 144 - 151 - 157 - 162 - 167 - 171 - 175 - 179 - 182 - 185 - 188 - 191 + 3 cm

F15 112 - 120 - 127 - 133 - 138 - 143 - 147 - 151 - 155 - 158 - 161 - 164 - 167 + 3 cm

F13 100 - 108 - 115 - 120 - 125 - 130 - 134 - 138 - 141 - 144 + 3 cm

F11 80 - 85 - 90 - 95 - 100 - 105 - 110 - 115 - 120 - 125 - 130 - 133 + 3 cm

Vid önskan att gå in på en lägre höjd är det oftast inga problem. Kontakta grenledaren.

Stavhopp

10 cm-höjningar. Kom överens med grenledare om ingångshöjd.



KA 2 IF FRIIDROTT
Medvind i steget



Längd, tresteg och kastgrenar

I klasser upp till och med 13 årsklassen har samtliga deltagare 4 försök. Från 15-årsklass och uppåt får varje deltagare 3 försök och de 8 främsta ytterligare 3 försök.

Huvudgropen för längd/tresteg ligger längs med bortre långsidan. Längd 2 är gropen mot B-planen vid första kurvan.

Priser

De 3 främsta från 13-årsklasserna och uppåt vinner en Karlskronaspelsplakett. I övriga klasser får samtliga en deltagarplakett.

Resultat

Resultat kommer att presenteras löpande på <https://www.easyrecord.se/>

Servering

Vi håller vår kiosk och grill öppen under tävlingen. I kiosken går det köpa hamburgare och korv, kaffe, kall dryck, glass, godis mm

Betalning kan ske kontant och med swish.

Välkomna!



KA 2 IF FRIIDROTT
Medvind i steget



Vägbeskrivning till Västra Mark IP Från E22, väster ifrån (Ronneby):

Följ skylt mot Karlskrona V (Sväng höger vid avfart 63). Kör ca 2 km, och du ser CityGross på vänster sida.

Håll höger i Rondellen.

Ligg kvar i höger körfält dvs sväng av mot Sjukhuset, och vid kommande rödlys, fortsätt vägen rakt fram (Sunnavägen) i ca 1 km.

Sväng höger in på Skyttevägen Håll höger när du kommer upp i Bostadsområdet Bergåsa. Följ därefter skylten "Idrottsplats" som dyker upp efter ett par hundra meter.

Från E22, öster ifrån (Kalmar):

Följ skylt mot Karlskrona Ö (Sväng höger vid avfart 64)

Efter avfart, sväng höger mot Karlskrona Centrum

Kör rakt fram i Rondellen, fortsätt rakt fram i ca 2 km

Välj avfart till mot Hästö, Sjukhus Sväng höger på Oskarsvärnsvägen. Sväng höger igen vid nästa korsning.

Vid trafikljus efter ca 300 m: tag höger

Efter ca 1 km, Sväng höger in på Skyttevägen

Håll höger när du kommer upp i Bostadsområdet Bergåsa.

Följ därefter skylten "Idrottsplats" som dyker upp efter ett par hundra meter.

Från Väg 28 (Växjö):

Kör mot Karlskrona C

Välj avfart till mot Hästö, Sjukhus Sväng höger på Oskarsvärnsvägen. Sväng höger igen vid nästa korsning.

Vid trafikljus efter ca 300 m: tag höger

Efter ca 1 km, Sväng höger in på Skyttevägen

Håll höger när du kommer upp i Bostadsområdet Bergåsa.

Följ därefter skylten "Idrottsplats" som dyker upp efter ett par hundra meter



KA 2 IF FRIIDROTT
Medvind i steget