

Deltakerinformasjon

Konkurransarena: Jessheim friidrettsstadion, Markavegen 15, 2069 Jessheim

Stevnekontor: Jessheim Is- og flerbrukshall, som ligger tett ved friidrettsstadion

- utdeling av startnummer, akkreditering (3 pr lag)
- informasjon og service «Help-desk»

Garderobes: Jessheim Is- og flerbrukshall

Toaletter: I garderobene for utøvere. Toaletter for alle i 1. og 2. etasje i hallen. Ved tribunebygget på friidrettsstadion.

Opprop: Bak tribunebygget. Personlig fremmøte. For 100m, 200m og stav er fristen 90 minutter, for øvrige øvelser 60 minutter. Konkurransedrakt og startnummer fremvises, oppropslisten skal kvitteres.

Kastredskap: Personlig kastredskap som ønskes brukt må leveres til kontroll senest 1 time før start i rom nedre plan tribunebygget. Arrangøren oppbevarer og bringer redskapen til øvelsesstedet.

Oppvarming: På kunstgressbanen, Jessheim stadion, og ellers i området nord for stadion. Vi har ingen kastbane for oppvarming. Banen vil være åpen for prøvekast torsdag kveld og etter stevneslutt fredag og lørdag.

Innmarsj: Fra telt ved start 200m. Alle utøvere må møte i følge tidsskjema og skal gå samlet fulgt til øvelsesstedet.

Utmarsj: Ved avsluttet konkurranse skal deltakerne ledes ut gjennom intervjuonen i nord-østre hjørne av banen (rett etter mål).

Resultater: Blir fortløpende lagt ut på internett, se <http://ullkisafriidrett.no/um-2019.aspx>

Premieutdeling: Premieutdeling vil foregå på banen kort tid etter avsluttet øvelse.

Premiering: Medalje til de tre beste i hver øvelse.

Bestemannspremie: Friidrettens venner deler ut bestemannspremie til en gutt og en jente ved stevnets avslutning.

Streaming: Se UM på direktesport.no

Begynnerhøyder i høyde og stav:

Høyde (Kvalifiseringskrav i parentes)

	15 år	16 år	17 år	18/19 år
Jenter	1,36 (1,46)	1,38 (1,48)	1,40 (1,50)	1,40 (1,50)
Gutter	1,55 (1,65)	1,60 (1,70)	1,65 (1,75)	1,65 (1,75)

Hopp høyden flyttes opp 5cm av gangen.

Stav (Kvalifiseringskrav i parentes)

	15 år	16 år	17 år	18/19 år
Jenter	1,90 (2,30)	2,10(2,50)	2,10 (2,50)	2,10 (2,50)
Gutter	2,40 (2,80)	2,60 (3,00)	2,60 (3,00)	2,80 (3,20)

Hopp høyden flyttes opp 20cm to ganger, deretter 10cm av gangen.

Stadionoversikt

