



# PM Getabockspelen 2024



Varbergs GIF Friidrott hälsar er varmt välkomna  
till Påskbergsvallen och årets upplaga av  
Getabockspelen.

**Tävlingen är även DM för Västsvenska Friidrottsdistriktet i ett antal grenar.**

- Tävlingsstart** Tävlingsstart båda dagarna lördag 27 juli och söndag 28 juli kl 09.30.
- Tidsprogram** Publicerats på hemsidan och i EasyRecord.
- Nummerlappar** Används av samtliga deltagare och placeras på bröstet. Nummerlappar hämtas strax innanför entrén på Påskbergsvallen, se skyltning.
- Skor; tjocklek på sula samt spiklängder** Max tillåten sultjocklek upp till seniorklass för löpgrenar 800m och längre samt för tresteg 25 mm. För övriga grenar max sultjocklek 20 mm.  
I höjd och spjut är tillåten spiklängd 12 mm, i övriga grenar 9 mm.
- Invägning kastredskap** Invägning av egna redskap sker på arenan, vid långa kast.
- Sjukvård** Sjukvårdare finns på plats under hela tävlingstiden. Kontakta sekretariatet.
- Sekretariat** Högst upp på huvudläktaren.
- Efteranmälan** Efteranmälan i EasyRecord (nås via vår hemsida) går att göra fram till och med torsdag 25 juli.  
Efteranmälan tas även emot via mail till och med fredag 26 juli kl 12.00 till mailadress: [getabockspelen.vgif@gmail.com](mailto:getabockspelen.vgif@gmail.com). Därefter endast efteranmälan på plats.  
Ordinarie avgift t.o.m. 20 juli, efteranmälningsavgift fr.o.m. 21 juli.
- Efteranmälan på plats** Vid sekretariatet, tas endast emot i mån av plats senast 60 minuter före grenstart.  
Efteranmälningsavgift för individuell start från 10 år och uppåt 220 kr.  
För 3-kamp för barn 8 - 9 år ordinarie avgift 200 kr.  
Efteranmälningsavgifter faktureras, tillsammans med övriga startavgifter, i efterhand.
- Klassindelning** *Från 11 år och uppåt:*  
I de individuella grenarna sker deltagande i egen åldersklass om grenen finns på programmet. Det är dock alltid tillåtet att gå upp till seniorklass K/M. Därutöver tillåtet att gå upp till annan högre åldersklass om grenen inte finns med på programmet i egen åldersklass. Det är inte tillåtet att dubblera i grenar (undantaget i egen klass + K/M).

*Från 10 år och neråt:*

För barn 8 – 10 år sker tävlandet endast i klass efter den tävlandes ålder, enligt rekommendationer för tävlingar för barn.

**3-kamp F/P  
8 och 9 år**

För flickor och pojkar 8 och 9 år gäller 3-kamp med 60 m, längd och kula, i stället för individuella starter i respektive gren. För varje gren kommer dock att anslås grenresultat på tävlingen.

**Startlistor**

Presenteras i EasyRecord.

**Avprickning**

Endast i löpgrenar, kan göras online i EasyRecord (onlineavprickning i EasyRecord öppnar först tävlingsdagen), eller på plats senast 45 min före start. Avprickning på plats sker högst upp på huvudläktaren (vid sekretariatet) där du prickar av dig genom att skriva din namnteckning eller signatur på avprickningslista. Är du inte avprickad så blir du struken från grenen.

Ingen avprickning i klasserna P8, F8, P9 och F9.

**Upprop**

Senast 10 minuter före start vid respektive gren. Även om du är avprickad ska du vara på uppropet.

**Seedning**

Tillämpas från åldersklass 12 år och uppåt för de som angett årsbästa.

**Finaler**

*I löpgrenar upp till och med 100 m (utom F/P 8, 9, 10 och 11):*

De 6 bästa går till final. Observera att i de fall försöksomgång utgår på grund av för få anmälda genomförs finalen på utsatt försökstid.

B-finaler tillämpas vid 4 eller fler försöksheat.

*I löpgrenar 200 m och uppåt:*

Finaler direkt. Tider i respektive heat avgör slutplacering.

*I löpgrenar 60 m för F/P 8, 9, 10 och 11:*

Ett lopp vardera, med tidtagning och redovisning av resultat på tävlingsarenan, men ingen resultatpublicering.

*Teknikgrenar, exklusive höjd:*

I klasserna F/P 8, 9, 10 och 11 får samtliga deltagare 4 hopp/stötar i längdhopp och kula.

I övriga klasser 3 omgångar, därefter de 8 bästa till final i sedvanlig ordning.

**Höjningsschema  
höjdhop**

P17, P19, M: 1.37 – 1.42 – 1.47 – 1.52 – 1.57 + 3cm

P15: 1.27 – 1.32 – 1.37 – 1.42 – 1.47 – 1.52 + 3cm

P13: 1.12 – 1.17 – 1.22 – 1.27 – 1.32 + 3cm

P12: 1.02 – 1.07 – 1.12 – 1.17 – 1.22 – 1.27 – 1.32 + 3cm

P10, P11: 0.92 – 0.97 – 1.02 – 1.07 – 1.12 – 1.17 – 1.22 – 1.27 – 1.32 + 3cm

F17, F19, K: 1.27 – 1.32 – 1.37 – 1.42 – 1.47 – 1.52 – 1.57 + 3cm

F15: 1.22 – 1.27 – 1.32 – 1.37 – 1.42 – 1.47 + 3cm

F13: 1.02 – 1.07 – 1.12 – 1.17 – 1.22 – 1.27 + 3cm

F12: 0.92 – 0.97 – 1.02 – 1.07 – 1.12 – 1.17 – 1.22 – 1.27 + 3cm

F10, F11: 0.87 – 0.92 – 0.97 – 1.02 – 1.07 – 1.12 – 1.17 – 1.22 – 1.27 + 3cm

**Resultat**

Visas i EasyRecord efter avslutad gren.

**Resultatlistor**

Anslås högst upp på huvudläktaren för klasserna F/P 8, 9, 10 och 11, d.v.s de klasser där resultatlista inte publiceras.

<b>Prisutdelning</b>	Intentionen är att prisutdelning genomförs direkt efter varje avslutad gren.
<b>Getabocks-medalj</b>	Från 12 år och uppåt: Medalj till de tre bästa i varje gren.  F/P 8, 9, 10 och 11: Medalj till samtliga tävlande (i F/P 10 och 11 <u>en</u> medalj per deltagare oavsett antal tävlingsgrenar). <u>Medalj avhämtas vid prispallen, preliminära tider för för avhämtning meddelas närmare tävlingen (när tidsprogrammet är klart).</u>
<b>DM-medalj</b>	I DM-grenar (se inbjudan) till de tre främsta, tävlande för Västsvenska Friidrottsdistriktet. Prisutdelning av DM-medaljer sker grenvis, samtidigt med utdelning av Getabocksmedalj.
<b>Omklädning</b>	Omklädningsrum finns tillgängliga i byggnaden under huvudläktaren, se dörrskyltar.
<b>Toaletter</b>	Finns på utsidan av huvudläktaren.
<b>Uppvärmning</b>	Kan ske på tomma fotbollsplaner runt tävlingsarenan samt i intilliggande Påskbergsskogen.
<b>Kiosk och grill</b>	Försäljning av fika, kioskvaror, hamburgare och korv med bröd direkt efter entrén till Påskbergsvallen.  Endast betalning med swish.
<b>Hållbarhet</b>	Vi vill att du hjälper oss med återvinning så långt som möjligt, genom att deponera skräp/avfall i anvisade sopsäckar. Tack på förhand!
<b>Respekt och hänsyn</b>	Vi vädjar till er alla som inte tävlar att inte uppehålla er på innerplan, samt att i övrigt visa hänsyn till tävlande och funktionärer. Tänk också på säkerheten då alla långa kast pågår inne på arenan.

**Varmt välkomna till Getabockspelen och DM för Västsvenska Friidrottsdistriktet! Lycka till med ditt tävlande!**

**Varbergs GIF Friidrott**



# VARBERGS GIF FRIIDROTT



## SPONSORER 2024

