

Novemberhoppet

En riktigt hoppargala!

Söndag 27 november, Vallhamra sportcenter
Nu ska vi alla slå rekord och flyga högre och längre än
någonsin tidigare.

Tävlingsklasser:

PF 15, PF 17, PF 19, PF22, M, K

Grenar:

Tresteg, Planka finns för 11 och 13 m, tejpädd 7 och 9 m.

Höjdhopp

Stavhopp, världsrekord kan nog vara svårt men en bra bit över 5 m kan man allt hoppa pga takhöjden

Försöken i de olika grenarna kommer vävas ihop då flera grenar sker på relativt liten yta. Speciellt höjd och tresteg kommer att vävas en del. Stavhoppet behöver mindre anpassning

Ungefärligt tidsschema: (kan justeras med beroende på antal deltagare)

17.30 Stav M-P15

17.45 Höjdhopp M-P15

18.00 Tresteg K-F15

19.30 Stav K-F15

19.45 Höjdhopp K-F15

19.45 Tresteg M-P15

Hoppning och musik kommer blandas med en engagerad speaker som håller koll på allt av intresse.

Tävlingar följs från den lilla läktaren där man kan se alla grenar på ett bra sätt.

Anmälan

Görs till tavling@saik.nu senast den 19 november.

Anmälningsavgift 125 kr.

Efteranmälan, i mån av plats, mot dubbel avgift.

Försäljning

Självklart kommer det finnas dricka och något att tugga på.

Tävlingsansvarig:

Matti Bränholm

mattigais@hotmail.com