

UP stævne - Tårnby stadion 6.sept. 2018

Tidsskema og Dommerplan

Tid	Løb	Længde 1	Længde 2	Højde	Kugle	Spyd	Bold
18.00	40 m P7 (2)	P11 (12)	D11 (12)	PD13/15	DP15/P17	PD13 (3+4)	
18.05	40 m D7 (8)			(5+3+2)	(1+1+1)		
18.10	40 m P9 (12/2)						
18.15							PD7 (2+8)
18.20	40 m D9 (8)						
18.25							
18.30							
18.35	80 m D11 (9/2)				PD13 (10+4)		
18.40							
18.45	80 m P11 (13/2)	PD15/17	PD7 (1+8)				
18.50		(2+3+1)					PD9 (9+4)
18.55							
19.00	100 m P13 (20/4)			PD11 (4+5)		PD11 (3+3)	
19.05							
19.10							
19.15		D9 (9)	P9 (14)				
19.20	100 m D13 (8)						
19.25							
19.30	100 m D15 (4)				PD11 (7+6)		
19.35	100 m P15/17 (3+2)					D15 (5)	
19.40		P13 (18)					
19.45	400 m DP 9 (7+8)						
19.50			D13 (6)				
19.55	300 P11 (6)						
20.00	300 m D11 (9/2)						
20.05							
20.10	300 P13 (12/2)						
20.15							
20.20	300 D13 (5)						
20.25	300 PD15 (1+7)						
20.30							

Længde 1 foregår på tribunesiden

Længde 2 foregår i grav modsat tribunen

Boldkast foregår fra banen ved diskosburet

Spydkast foregår på banen nærmest indgang stadion

3 forsøg til alle i bold, kugle, spyd og længde.

Fri begynderhøjde i højde. Øges med 5 cm.

Husk at løb kommer før tekniske øvelser - bed jeres unge om at være klar ved alle løb.

Dommerfordeling

Længde 1

Længde 2

Kugle

Bold

Spyd

Højde

Leder Løb

Starter

Starter hjælper

Hjælp løb

Speaker

MARS

Reserve

EI-tid

Leder står først

Lærke Rasmussen - BAC - FIF - AAC - AAC

Kate Ladefoged - Greve - FIF - AAC - AAC

Carsten Jørgensen - Greve - HvAM - AAC

Denis Petersen - GIC - AAC - AAC

Benny Petersen - BAC - FIF - Toste Jessen

Kristian Kolbye - AAC - AAC

Michael Christensen

Anders Mathiesen

Anita Larsen

Klaus Nielsen

Helle Klok

Elisa Thyrsted

AAC

Claus Andersen