

<p style="text-align: center;">Velkommen til Sparta børnestævne indendørs tirsdag den 3. marts 2020</p>
<p style="text-align: center;">Praktiske oplysninger og informationer</p>

Sparta Hallen

Gunnar Nu Hansens Plads 11, 2100 København Ø.

Indgang til hallen er via Spartas klubhus i nr. 11.

Parkering

Der er P-pladser på Gunnar Nu Hansens Plads, men husk at det koster penge at parkere i København. Der er altid p-vagter.

Stævnekontor/sekretariat

Mødelokalet ved trappen ned til hallen.

Efteranmeldelse

Muligt hvis der er plads i øvelsen og mod dobbelt startgebyr.

Startlister og resultatlister

Startliste og resultater kan ses på ROSTER ATHLETICS APP. Resultatlisten bliver også lagt på hjemmesiden kort tid efter stævnet.

Startnumre

Vi bruger ikke startnummer til dette stævne.

Opvarmning

Foregår på stadion og i Fælledparken. Vær dog obs på, at vi ikke vil have beskidte sko i hallen.

Toiletter og omklædning

Omklædning i Spartas klubhus. Toiletter findes i Spartas klubhus samt i omklædningsrummene.

Dommere/hjælpere

Vi prøver at dække alle dommeretjanser selv - men måske vi spørger om hjælp på dagen, hvis det alligevel ikke går op.

Lidt info om de enkelte øvelser

Løbeøvelserne

Der er el-tid på 40 m. Der er 1 løb til alle - ingen finaler.

Kuglestød

Kuglestød foregår i kasteområdet ved nettet.
3 forsøg til alle

Længdespring

Afvikles fra 2 forskellige længdespringsgrave.
Længdespring I springes ved målstrengen i højre side af hallen.
Længdespring II springes tæt på nedgang til hallen i venstre side af hallen.
3 forsøg til alle

Højdespring

Springes midt i hallen, når alle løb er overstået.
Starthøjde er så lavt som muligt - herefter 5 cm ad gangen.

Vi glæder os til at se jer i Sparta Hallen.

**Sparta Atletik & Motion,
Stævneleder Charlotte Beiter Bomme**