

PM Kullaspring 2022-08-06

Välkommen till Kullaspring, ett arenaevenemang i samarbete mellan Höganäs Friidrott, IS Göta Friidrott och Magasin Spring. Vi genomför detta för tredje året och erbjuder löpning på fem olika distanser. Tävlingarna äger rum på Höganäs Sportcentrum. Det är 60 löpare anmälda och många väldigt spännande heat med jämna tider.

Omklädning

Finns omklädningsrum intill arenan

Tävlingsregler

Då tävlingen är öppen för alla så finns det inget krav på tävlingsdräkt, men önskemålet är att alla klubblopare springer i sin klubbs färger. Spikskor får användas med max 6 mm spik. Skoreglerna som gäller i övrigt gäller även här. Nummerlappen ska bäras på bröstet.

Nummerlappar & heatindelning.

Du hämtar din nummerlapp vid sekretariatet senast 30 minuter innan egen start. Startlistan med nummersättning kommer att finnas från torsdag. Vill du byta distans eller heat, kontakta bg.nilensjo@springlfa.se. När du hämtar nummerlappen får du även en bok eller ett magasin. Efter loppet får du något gott från ICA i Höganäs.

Toaletter

Det finns rikligt med toaletter.

Uppvärmning

Det är ok att vara på banorna när inga tävlingar pågår.

Upprop

Sker 5 minuter innan start vid respektive startplats.

Tidtagning

Manuell tidtagning.

Starttider

Det är 60 anmälda löpare. Tiderna framgår av startlistan.

Väl mött.

Tävlingsledare/BG Nilensjö