

PM - Prova-på tävlingen

Julchansen 2025

29 november 2025 i Athleticum, Malmö

Heleneholms IF och IFK Lund
hälsar er hjärtligt välkomna till årets tävling

PM - för Prova-på tävlingen (barn födda 2017-2020)

Avprickning	Sker i samband med att du hämtar ditt startkuvert vid sekretariatet (längst in i hallen). Tänk på att vara ute i god tid, tävlandet startar kl 09:00.
Nummerlapp	Resultatkort ersätter nummerlapp och ska användas vid Prova-på tävlingen, erhålls vid sekretariatet när du prickar av dig. Fäst uthämtat resultatkort på baksidan av tröjan.
Efteranmälan	Efteranmälan kan göras i mån av plats. Detta sker i sekretariatet längst in i hallen. Avgiften faktureras i efterhand till klubben. Efteranmälningsavgiften för prova på-tävlingen är 200 kr
Omklädnad	Finns i hallen.
Uppvärmning	Uppvärmning sker på Athleticum och 200 m-rundbanan.
Upprop	Inget upprop sker för Prova-på tävlingen, de aktiva får hoppa fritt mellan grenar.
Spikar	Max 6 mm i löpgrenar. Max 9 mm i hoppgrenar.
Tidtagning	Manuell tidtagning.
Regler	SFIF:s tävlingsregler gäller.
Sekretariat	Vid frågor på tävlingsdagen vänd er till personal i sekretariatet. Sekretariat finns beläget längst in i hallen.
Resultatlista	Ingen sammanställd resultatlista kommer att publiceras för Prova på-tävlingen. Alla barn får sina egna resultat på sina resultatkort som barnen går runt med. Vid slutet av tävlingen skrivs barnens bästa resultat över till ett finare diplom.

Prisutdelning I Julchansen är alla barn vinnare! Alla som deltagit i Prova-på-tävlingen vinner en julchansen-medalj och får diplom. Prisutdelning sker vid en gemensam prisceremoni en stund efter tävlandet är avslutat (Se tidsprogram).

Upplysningar Heleneholms IF kansli, 040-19 42 20 / tavling@heleneholmsif.se

Utformande och kortare beskrivning av Prova-på tävlingen

Under förmiddagen kl. 9-11 är tävlingen reserverad för de yngre klasserna (6-9 år) för att prova på flera grenar under mer spontana former. Grenarna är 60m, längd, kula och höjd. Under ovanstående tidsperiod får den aktiva prova de grenar de vill, hur många gånger de vill och i vilken ordning de själv önskar. Inget upprop sker utan man ställer sig i den kö som finns. Alla aktiva får sina resultat men ingen placeringsstatistik sker.

60m Springs på innerplan. Uppsamling sker bakom stavmattan där en funktionär sedan delar in de aktiva på respektive bana.

Längd Längd sker vid yttre groparna av Athleticum. Hoppzon används. Är det kö ställer man sig i denna och väntar på sin tur.

Höjd Det finns ingen på förhand bestämd hopphöjd, höjden höjs efterhand då och då och börjar så småningom om igen så att alla får chansen att hoppa på olika höjder. Strömhopp sker, det är tillåtet att prova hur många gånger man vill oavsett rivning/godkänd höjd.

Kula Sker på liknande sätt som i längd, är det kö ställer man sig i denna och väntar på sin tur. Kulan väger 2 kg.

Välkomna till Athleticum och Julchansen 2025

