



Inbjudan Waplanspelen 2011

**Välkommen till
54:e Waplanspelen
i Krokoms 6 – 7 augusti 2011**

Plats: Krokoms Sportcenter.

Se även information på:

www.trangsvikensif.se, samt www.friidrott.se
under fliken Tävlingsprogram



ANDRITZ WAPLANS

Grenprogram



Grenar	P 9	P 11	P 13	P 15	P 17	P19	MS	M Vet
60 m	X	X						
60 m hä			X 76,2					
80 m			X					
100 m				X	X		X	X
100 m hä								
110 m hä								
200 m		X	X	X	X		X	X
300 m								
300 m hä				X 76,2	X 84,0	X 91,4		
400 m	X			X	X		X	
400 m hä								
600 m								
800 m		X	X	X	X		X	
1500 m					X		X	
2000 m								
3000 m					X			
5000 m							X	X
Höjd		X	X	X	X		X	
Stav				X	X		X	
Längd	X Zon	X Zon	X Zon	X	X		X	
Tresteg				X	X			
Kula		X 2,0	X 3,0	X 4,0	X 5,0	X 6,0	X 7,26	X
Diskus			X 0,6	X 1,0	X 1,5	X 1,75	X 2,0	X
Slägga			X 3,0	X 4,0	X 5,0	X 6,0	X 7,26	
Spjut		X 0,4	X 0,4	X 0,6	X 0,7		X 0,8	
Boll 150g	X							
Slungboll		X						
5 X 60		X						
4 X 80			X					
4 X 100							X	
Sv.Stafett							X	



P9 (02&y) Lö 60 m,Längd
Sö Boll, 400 m

P11 (00-01) Lö 60 m, 200 m, Längd, Kula, Stafett 5x60 m
Sö 800 m, Höjd, Spjut, Slungboll

P13 (98-99) Lö 80 m, 60 mhäck, Höjd, Kula, Diskus, Stafett 4x80 m
Sö 200 m, 800 m, Längd, Spjut, Slägga

P15 (96-97) Lö 100 m, 400 m, 300 mhäck, Tresteg, Höjd, Kula, Diskus
Sö 200 m, 800 m, Längd, Stav, Spjut, Slägga

P17 (94-95) Lö 100 m, 400 m, 1500 m, Tresteg, Höjd, Kula, Diskus
Sö 200 m, 300 mhäck, 800 m, 3000 m, Längd, Stav, Spjut, Slägga

P19 (92-93) Lö Kula, Diskus
Sö 300 mhäck, Slägga

MS Lö 100 m, 200 m, 1500 m, Höjd, Kula, Diskus, Svensk stafett
Sö 400 m, 800 m, 5000 m, Längd, Stav, Spjut, Slägga, Stafett 4x100 m

M Vet Lö 100 m,Kula, Diskus
Sö 200 m, 5000 m

P19 & M22 ingår i MS (P19 = 92-93, M22 = 89-91)



Waplanspelen

Grenar	F 9	F 11	F 13	F 15	F 17	F 19	KS	K Vet
60 m	X	X						
60 m hä			X 76,2					
80 m			X					
80 m hä								
100 m				X	X		X	X
100 m hä					X 76,2		X 84,0	
200 m		X	X	X	X		X	
300 m								
300 m hä				X 76,2	X 76,2	X 76,2		
400 m	X			X			X	
400 m hä								
600 m								
800 m		X	X	X	X		X	X
1500 m					X		X	
2000 m								
3000 m					X			X
5000 m							X	
Höjd		X	X	X	X		X	
Stav				X	X		X	
Längd	X Zon	X Zon	X Zon	X	X		X	
Tresteg				X	X			
Kula		X 2,0	X 2,0	X 3,0	X 3,0		X 4,0	X
Diskus			X 0,6	X 0,6			X 1,0	
Slägga			X 2,0	X 3,0			X 4,0	
Spjut		X 0,4	X 0,4	X 0,4			X 0,6	
Boll 150g	X							
Slungboll		X						
5 X 60		X						
4 X 80			X					
Sv:Stafett							X	

F9 (02&y) Lö 60 m, Längd
Sö Boll , 400 m

F11 (00-01) Lö 60 m, 200 m, Längd, Kula, Stafett 5x60 m
Sö 800 m, Höjd, Spjut, Slungboll

F13 (98-99) Lö 80 m, 60 mhäck, Höjd, Kula, Diskus, Stafett 4x80 m
Sö 200 m, 800 m, Längd, Spjut, Slägga

F15 (96-97) Lö 100 m, 400 m, 300 mhäck, Tresteg, Höjd, Kula, Diskus
Sö 200 m, 800 m, Längd, Stav, Spjut, Slägga

F17 (94-95) Lö 100 m, 100 mhäck, 1500 m, Tresteg, Höjd, Kula
Sö 200 m, 300 mhäck, 800 m, 3000 m, Längd, Stav

F19 (92-93) Lö 300 mhäck

KS Lö 100 m, 200 m, 1500 m, Höjd, Kula, Diskus, Svensk stafett
Sö 100 mhäck, 400 m, 800 m, 5000 m, Längd, Stav, Spjut, Slägga

K Vet Lö 800 m, Kula
Sö 100 m, 3000 m

F19 & K22 ingår i KS F17 tävlar i KS i slägga, diskus & spjut.



Välkommen till 54:e upplagan av Waplanspelen i Krokoms 6 – 7 augusti 2011

Plats: Krokoms Sportcenter. Avfart från E 14 mot Krokoms vid Krokoms södra.

Anmälan: Skickas till Trångsvikens IF friidrott. Genvägen 5. 835 31 KROKOM Tel: 0640-165 13
fax: 0640-626 56. mail: kansli@trangsvikensif.se **Senast: 28/7**

Betalning: 70:- 50:- för 9-åringarna/gren insättes på **Bankgiro:** Swedbank 854-2268 **Senast: 29/7**

Efteranmälan: I mån av plats, till 1 timme före tävlingsstart/dag, mot dubbel avgift.

Tävlingsdagar: 0640-621 25

Arena: Sex banor runt om, åtta på upploppet.

Avprickning: I löpgrenar skall ske senast 60 minuter före utsatt löpstart. Gäller alla.

Boende: Krokoms turistbyrå: 0640 - 164 00, **Krokoms Camping:** 070 - 674 28 38 **Solbackens stugor:** 0640 - 101 29, 070-364 68 75, **Näldens IF:** 0640-20870, 0640-20871

Birka i Ås: 063 - 14 74 07 **Ava Garden i Dvårsätt** 0640 - 186 66

Flera grenar: Om någon deltar i mer än en gren som går samtidigt, får man efter samråd med grenledaren göra sina försök i hopp, kast eller höjd först eller sist i respektive omgång. Detta får dock inte fördröja tävlingen.

Mat: Kiosk med kaffe, korv och lunchmat samt hamburgerstånd finns vid idrottsplatsen. Matserveringar finns i Krokoms samhälle.

Nummerlappar: Bäres **fullt synlig** på bröstet. Stav, kast och höjdhoppare får välja ryggplats.

Reklam får ej vikas bort.

Priser: Till 1:an, 2:an och 3:an. I 9-årsklassen får alla medalj.

Resultatlistor: Kommer att skickas till alla anmälda föreningar efter tävlingens slut. Resultatlistan kommer även att finnas tillgänglig på internet, så snart som möjligt. Om någon deltagare, inte vill att namnet publiceras på internet skall detta meddelas vid anmälan till tävlingen.

Sjukvård: Första hjälpen väska finns hos varje grenledare. Ytterligare material finns i sekretariatet.

Spiklängd: Max 6 mm.

Startblock: 9 & 11-åringar får ta hjälp av ledare eller förälder för iordningställande av startblock.

Tidsprogram: Sänds ut till alla anmälda föreningar. Var god och ange adress, faxnummer eller e-postadress dit tidsprogrammet skall sändas. Se även www.trangsvikensif.se

Tidtagning: Eltidtagning MacFinisch 2.15.

Tävlingsjuryn: Består av tre personer som utses före tävlingsstart.

Upprop: Sker på respektive plats för grenarna 10 minuter före start.

Vindmätning: Sker vid löpningar, 200 m och kortare samt vid längd och tresteg.

För att tidsprogrammet skall fungera enligt våra beräkningar, ber vi samtliga ledare bevaka att de tävlande infinner sig på rätt tid och plats före start och vid upprop. Och i möjligaste mån undvika efteranmälan.

Väl mött i Krokoms

TRÅNGSVIKS BOLAGET AB



Jämtkraft

Länsförsäkringar
Jämtland
Bank & Försäkring



Huvudsponsor:

ANDRITZ WAPLANS