
PM - Götas Ungdomsspel 29 augusti 2026

IF Göta Karlstad hälsar samtliga deltagare välkomna till Götas Ungdomsspel utomhus. Det är viktigt att ni noga läser igenom PM och tidsprogram så att ni vet vad som gäller. Hjälp oss hålla tiderna genom att vara på plats i god tid.

OBS! Avprickning, via easyrecord.se, i alla löpgrenar senast 45 min före start!

Nr-lappar

Hämtas på läktaren på Sola arena på läktaren.

Avprickning

I löpgrenar senast 45 min före start via easyrecord.se.

Upprop

Sker 10 minuter före start i teknikgrenar och för **avprickade** i löpningar.

Efteranmälan

Tas emot i mån av plats till dubbel avgift, inne på tävlingssekretariatet på läktaren.

Sprint (endast 60-100 meter)

P/F 10-12 springer endast en omgång på 60m.

För 13 och år äldre:

Vid 9-24 avprickade blir det försöksloppningar och **en** final.

Vid 8 eller färre avprickade löps final direkt på finaltiden.

Övriga löpgrenar

Tiderna avgörande vid flera heat.

Vi har försökt att seeda heaten utifrån de tider som ni angett vid anmälan.

Höjd

P/F10: 85, 93, 100, 105, ... 120, 123, +3cm.

P/F11: 95, 103, 110, 115, ... 125, 128, +3cm.

P/F12: 100, 108, 115, 120, ... 130, 133 +3cm

P/F13: 105, 113, 120, 125, ... 140, 143 +3cm

F15: 115, 123, 130, 135, ... 150, 153 +3cm

P15: 120, 128, 135, 140, ... 160, 163 +3cm

Övriga: Hoppledaren avgör i samråd med de aktiva.

Vid sammanslagning av fler åldersklasser används höjningsschema för yngsta klassen.

IF GÖTA



KARLSTAD

Stav

Höjningsschema avgörs i samråd med de aktiva.

Längd och tresteg

13 år och äldre: Tre hopp för samtliga plus tre finalhopp för de åtta bästa.

10 - 12 år: Fyra hopp för samtliga

Kast

13 år och äldre: Tre kast plus tre ytterligare för de åtta bästa.

10 - 12 år: Fyra kast för samtliga.

Fyrkamp

7-9 åringarna har en fyrkamp bestående av 60m, längd, boll och 200m.

I längd och boll har man tre hopp/kast.

Kast (Massa Lind arena)

Massa Lind arena är beläget intill Eva Lisa Holtz arena. Här avgörs kula, spjut, slägga, diskus i klasserna F/P15 till seniorer. Dessa tävlingar avgörs under lördagen. De tävlande erhåller sin nummerlapp på läktaren på Sola arena. Prisutdelning sker direkt efter avslutad tävling på tävlingsplatsen.

Invägning

Tävlande som vill nyttja sina egna redskap har möjlighet att väga in dem på Eva Lisa Holtz från klockan 0815 på lördagen.

Priser

Deltagarmedaljer till samtligt i P/F7-9.

10- 13 år pris till de sex främsta.

I äldre klasser till de tre främsta.

Specialpris till dem som sätter Ungdomsspelsrekord!

Resultat

Resultat redovisas kontinuerligt via easyrecord.se

Mat och kiosk

Det kommer att finnas kioskförsäljning med hamburgare under lördagen.

Omklädning

Omklädningsrum och toalett finns i Eva Lisa Holtz.

Vägbeskrivning

Från E18 ta avfart mot Skåre och Råtorp. Följ skyltningen mot Solstadens sportcenter och Eva Lisa Holtz arena.

**VI HOPPAS PÅ TREVLIGA TÄVLINGAR OCH ÖNSKAR SAMTLIGA
DELTAGARE LYCKA TILL!**

IF Göta Karlstad, Johan Banérs väg 5, 653 48 KARLSTAD

Tel. 054-21 23 27, E-post. gus@ifgota.se Hemsida: www.ifgota.se