



JUL DRUSCHEN

PM – Deltagare

Tävlingsarena: Friidrottens Hus Göteborg.

Tävlingstider: Cirka 10:00-17:00.

Parkering: Parkering sker på de lediga platser som finns i anslutning till Friidrottens Hus och Frölunda Borg eller dess närhet.

Avprickning: För löpgrenar avprickning senast 60 min innan start. För löpgrenar som startar innan kl. 11.00 är det avprickning senast 30 min innan start. Avprickningen sker nedanför sekretariatet. Här anslås även resultaten. Ingen avprickning i teknikgrenar.

Upprop: För löpgrenar sker upprop 15 minuter innan loppet vid respektive start. För teknikgrenar sker upprop 20 min innan start vid respektive tävlingsplats.

Löpgrenar: Final direkt i alla löpgrenar. Nummerlappar i alla löpgrenarna med gemensam bana.

Nummerlappar: Hämtas individuellt för alla klasser nedanför sekretariatet i Friidrottens Hus. Nummerlappar i alla löpgrenarna med gemensam bana.

Teknikgrenar: I alla grenar är det final direkt – alla får 4 försök i längd och kula.

Prisutdelning: Prisutdelning direkt efter avslutade grenar.

Sjukvårdspersonal: Kommer att finnas på plats med bas vid målområdet.

Serveringen: På samma plats som tävlingarna är, vi tar endast Swish-betalning.



Info: Tidsprogram, startlistor, resultat etc. finner ni på julruschen.se.

Resultatservice: Anslagstavlorna nedanför sekretariatet samt online på trackandfield.se.

Anmälningavgifter: Svenska klubbar faktureras i efterhand. Utländska klubbar ombedes betala på plats.

Efteranmälan: Endast i mån av plats och sker senast 1 timme innan respektive gren startar. Samt mot en avgift på 190kr/gren som faktureras till anmäld klubb i efterhand (ej utländska klubbar).

Omklädning: Finns i Friidrottens Hus, dock ej dusch.

Uppvärmning: Uppvärmning sker i första hand på andra våningen i Frölunda Borg eller utomhus. Ingång till Frölunda Borg sker via ståltrappan som finns mitt emot Friidrottens Hus.

Spiklängd: Tillåten spiklängd i Friidrottens Hus är 6mm i löpgrenarna och 9mm i höjdhopp.

Utrustning: Förvara väskor och utrustning så att detta inte är i vägen samt att inget försvinner. Tänk på att ni har eget ansvar över era saker!

Boende: Scandic Crown eller Scandic Europa 100m från centralstationen och Scandic Opalen 15min med bil eller kollektivtrafik till Friidrottens Hus. Deltagare vid Julruschen kan boka genom www.scandichotels.com och använda bokningskod: **PRO10SE** för att få 10% rabatt samt kostnadsfri om- och avbokning. Datum som gäller för erbjudandet är 9-12 december 2022.



Mer information:
072 530 66 66
info@julruschen.se

Välkomna!

