

Lathund

Klass	Gren	Färg	Accelerationssträcka	Start
P15/F15	4x80m	Lila	Ja	Start 20 meter innan 1500 meter
M/M22/P19/P17 K/K22/F19/F17	4x100m	Gul (blå acc- märke)	Ja	Start vid mållinje
P19/P17/F19/F17	1000m stafett (100m+200m+300m+400m)	Röd	Ja, växel ett och två	Start vid 200 metersstart
M22/K22	3x400m	Blå	Nej	Start vid mål
M/K	4x400m	Blå	Nej	Start vid mål
M22/P19/P17/P15 K22/F19/F17/F15	3x800m	Blå	Nej	Start vid mål
M/K	4x800m	Blå	Nej	Start vid mål
K	3x1500m	Blå/Gul (bana1)	Nej	Start vid 100 m
M	4x1500n	Blå/Gul (bana1)	Nej	Start vid 100 m

Siktmärke

Tejp, 1 per bana, max 5x40cm. OBS! Ska tas bort efter varje lopp!

Uppställning av lag vid gemensam bana

Ställs upp inifrån och ut efter ställning ett halvt varv innan växling, ställ gärna en person med komradio tvåhundra meter bort så kan ni enkelt kommunicera ordningen.

Påpeka fel

Var aktiv, när du ser en aktiv stå fel, t ex på fel sida om accelerationssträcka/markering. Påpeka det vänligt men bestämt så att den aktive får möjlighet att ställa sig korrekt.

Ser du felaktighet

Rapportera till växelchef eller motsvarande, skriv ner i rapportformulär.

När heat genomförts:

1. Rensa bana från ev tejp.
2. Ställ upp löpare på bana enligt startlista.
3. Meddela klarsignal för nästa heat via komradio när allt är klart.

Bandomare

Se efter felaktigheter under loppet som:

- Tramp på innerlinjen
- Knuffar eller liknande
- Störande av andra löpare

Vid diskvalificering

1. Flagga
2. Meddela fel till tävlingsledning
3. Skriv "felrapport" lämna detta till sekretariat

