



TÄVLINGS-PM

ARCUSSPELEN 2026

Arena	Arcushallen, Arcusvägen 61, 975 94 Luleå 4 odoserade banor runt om. 4(!) banor på sprintsträckan.
Parkering	Sker i första hand på de större parkeringsytorna närmare tennishallen. Inga avgifter.
Nummerlappar	Delas ut på läktaren, se arenaskiss i slutet av detta PM. Nummerlapparna är sorterade i kuvert per förening och behöver inte lämnas tillbaka efter avslutad tävling. Tävlande ska bära nummerlappar på bröstet, väl synligt.
Publik	Läktare finns längs med långsidan av sprintbanorna. Här kan man gärna förvara väskor och ytterkläder mm. Mindre anvisade platser för åskådare finns vid varje gren.
Fika och försäljning	Kiosken ligger i anslutning till entréhall B och håller öppet under dagen med försäljning av fika, varm och kall dryck samt enklare maträtter.
Omklädning	Omklädningsrum och toaletter finns i direkt anslutning till entréhallen.
Uppvärmning	Sker på raksträckan motsatt sprintbanorna, se arenaskiss.
Avprickning	Görs online på easyrecord.se senast 60 minuter innan start för löpgrenar. Avprickning gäller för alla löpgrenar, ej teknikgrenar. Det ska gå att pricka av sig fr o m midnatt den 14/3
Upprop	På plats 10 minuter innan start för respektive gren. För löpgrenar samlas man vid starten för 80 m.
Efteranmälan	I mån av plats, kostnad enligt inbjudan.. Efteranmälan via Easyrecord fram till 23.59 den 12 mars, eller i sekretariatet fram till 2 timmar innan grenstart.
Tidsprogram	Finns även publicerat på hemsidan: www.lfif.se



TÄVLINGS-PM

ARCUSSPELEN 2026

Resultatlistor

Publiceras på easyrecord.se
Resultat för åldrarna PF7, PF9 och PF11 publiceras inte i en gemensam lista utan genom individuella resultatkort.

Priser

Deltagarpriser delas ut till alla deltagare i PF7, PF9 och PF11. Se tider i separat tidsprogram.
Priser för pallplatser delas ut i PF12 och äldre delas ut i direkt anslutning till avslutad gren.

Foto

Fotografering sker under tävlingen och kan publiceras på sociala medier. Anmälan ses som godkännande, kontakta tävlingsledningen om ni inte vill att foton publiceras på enskilda aktiva.

Stafetter

Anmälan av lag görs i sekretariatet under lördag.
Klasser är samma som för tävlingen i övrigt. Åldrar kan mixas så att yngre deltagare är med i högre åldersklasser. PF11 och yngre kan mixa lag pojkar och flickor.

Vortex Cup

Är en tävling i tävlingen inne på gräsplan med fri starttid mellan 10.30-14.30. Tävlingen är öppen för alla åldrar, anmälan görs på plats. Kostnad: 20 kr/kast.
Alla deltagare får en lott till prisutdelningen kl 14.30.
Pris delas även ut för längsta dam- och herrkast.
Priser sponsras av: www.snabbasteg.se

Försök och final

I klasser med försöks- och finalheat ska man alltid vara beredd att springa vid försökstiden. I de fall antalet avprickade deltagare blir 4 st eller färre så avgörs klassen via 'final direkt'. Finalplatser avgörs via tider, ej placering

3+0 försök i teknikgrenar för PF7, PF9, PF11, PF13
3+3 försök i teknikgrenar för PF15 och äldre.

Försäljning

Försäljning av begagnade kläder/skor etc sker på gräsplan
Ta med det du vill sälja, märk med pris och Swishnummer

Tävlingsledare

Klas Strömberg, 070-295 72 40



TÄVLINGS-PM

ARCUSSPELEN 2026

Häcklöpning

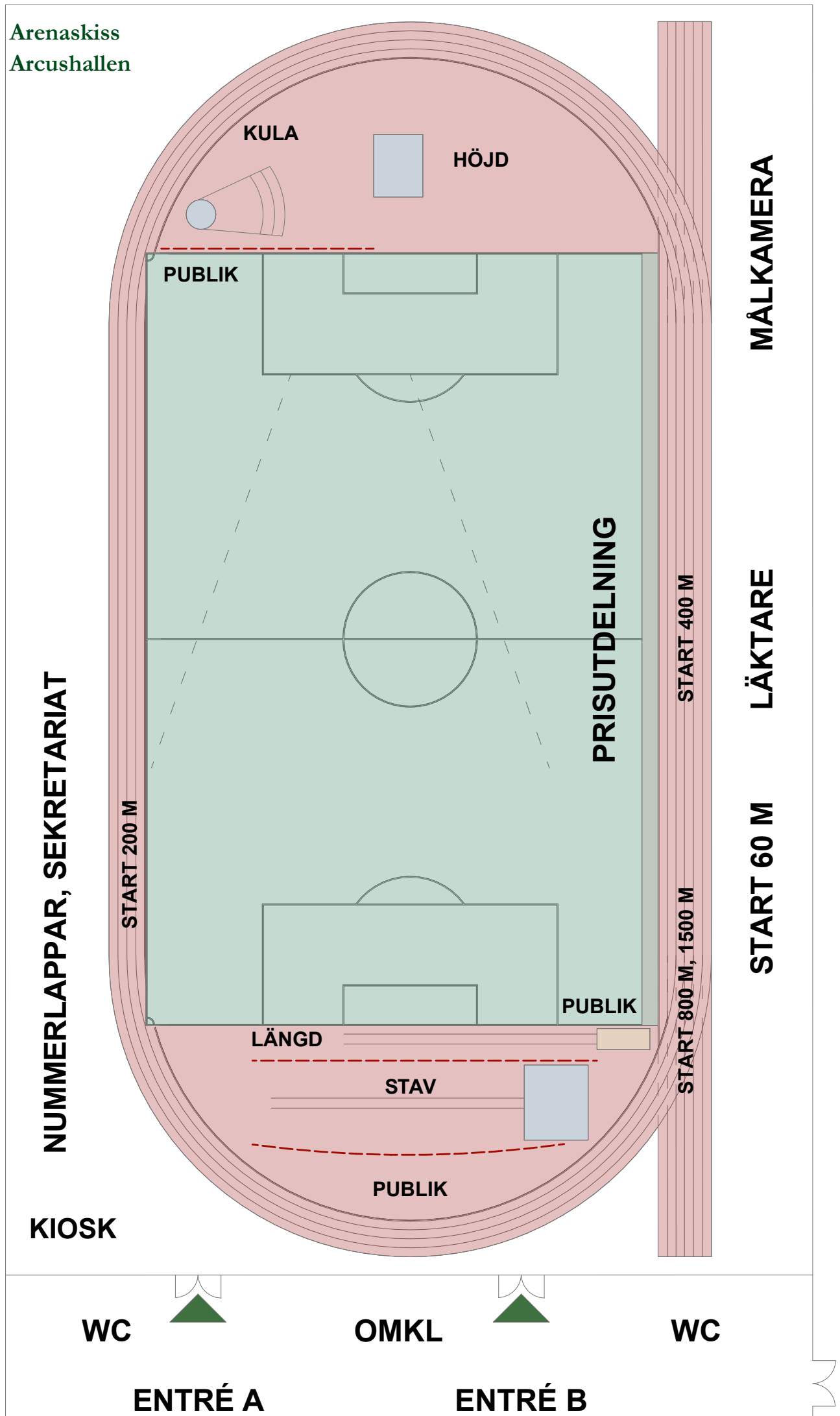
	Häckhöjd	Avst 1a häck	Avst övr.
PF7	~45 cm	11,75	7,65
PF9	~53 cm	11,75	7,65
PF11	~60 cm	11,75	7,65
F12-13	68,6 cm	11,75	7,65
P12-13	76,2 cm	11,75	7,65
F15	76,2 cm	12,00	8,00
P15	84,0 cm	13,00	8,50
F17	76,2 cm	13,00	8,50
P17	91,4 cm	13,72	9,14
K	83,8 cm	13,00	8,50
M	106,7 cm	13,72	9,14

Höjningsschema höjd

PF7		70-75-80-85-90-95-100	+5 cm
PF9	-5 cm	83-88-93- 98 -101-104-107	+3 cm
PF11	-5 cm	92-97-102-107- 112 -117-120	+3 cm
PF12-13 & V	-5 cm	107-112-117-122- 127 -130-133	+3 cm
PF15	-5 cm	116-121-126-131- 136 -139-142	+3 cm
PF17	-5 cm	126-131-136-141- 146 -149-152	+3 cm
K	-5 cm	136-141-146-151- 156 -159-162	+3 cm
M	-5 cm	146-151-156-161-166- 171 -174	+3 cm

Höjningsschema stav

PF12-13 & V	125-135-145-155-165-175-185	+10 cm
PF15	135-155- 175 -185-195-205-215	+10 cm
F17	175-195-215- 225 -235-245-255	+10 cm
P17	245-265-285- 295 -305-315-325	+10 cm
K	175-195-205-225- 235 -245-255	+10 cm
M	285-305-325-345- 355 -365-375	+10 cm



Parkeringsytor
Arcushallen

