

Poängkampen 2021/2022

Poängkampen är en individuell tävling där man ska samla så många poäng som möjligt under fem tillfällen. Tävligen riktar sig till IFKs barn och ungdomsverksamhet inom friidrotten.

Vid varje tillfälle; ta gärna med en penna, 4 säkerhetsnålar och en vattenflaska. Föräldrar får gärna hjälpa till och heja på.

November, tillfälle 1: Längd, 60 m, 1000 m

December, tillfälle 2: Höjd, Kula, 400 m

Januari, tillfälle 3: Längd, Kula, 60 m häck

Februari, tillfälle 4: Höjd, 60 m, 400 m

Mars, tillfälle 5: 60 m häck, Längd, 1000 m



<i>Deltagande</i>	<i>Brons</i>	<i>Silver</i>	<i>Guld</i>
150 poäng	140-189	190-219	220 ->

<i>Poäng</i>	<i>Längd</i>	<i>Höjd</i>	<i>Kula</i>	<i>60 m</i>	<i>60 m häck</i>	<i>400 m</i>	<i>1000 m (min)</i>
<i>11</i>	0-100	0-50	0-99	<-- 11.01	<-- 15.01	<--91	<--5:01
<i>12</i>	101-150	51-70	100-199	11.00-10.50	15.00-14.50	90-86	5:00-4:31
<i>13</i>	151-200	71-85	200-299	10.49-10.00	14.49-14.00	85-81	4:30-4:01
<i>14</i>	201-250	86-100	300-399	9.99-9.50	13.99-13.50	80-76	4:00-3:46
<i>15</i>	251-300	101-110	400-499	9.49-9.00	13.49-13.00	75-71	3:45-3:31
<i>16</i>	301-350	111-120	500-599	8.99-8.50	12.99-12.50	70-66	3:30-3:16
<i>17</i>	351-400	121-130	600-699	8.49-8.00	12.49-12.00	65-61	3:15-3:01
<i>18</i>	401-450	131-140	700-799	7.99-7.50	11.99-11.50	60-56	3:00-2:46
<i>19</i>	451-500	141-150	800-899	7.49-7.00	11.49-11.00	55 - 51	2:45-2:31
<i>20</i>	501-->	151-->	900-->	6.99-->	10.99-->	50 -->	2:30 -->