



**HANVIKENS SK
FRIIDROTT**



PM

**Svealandsmästerskapen 2018
(Ungdomar födda 2004-2005)**

**På Trollbäckens IP (Tyresö)
Den 15-16 September**

Hanvikens SK Friidrott hälsar alla välkomna till 2018 års Svealandsmästerskap för 13- och 14-åringar

Som arrangerande förening vill vi börja med att uppmana alla aktiva, ledare föräldrar och övriga besökare att läsa igenom och vara väl informerade om innehållet i detta PM.

Tävlingsplats: Trollbäckens IP, Hanviken. (Skolvägen 33, 135 53 Tyresö)

Parkering: Parkering finns öster om friidrottsarenan framför Fontana ishall samt bakom friidrottsarenan på Trollbäckens IP.

Tekniskt möte: Hålls lördagen den 15 september kl. 10:30. Samling 10:20 utanför Fontana ishall. Varje distrikt bör vara representerade med minst 1 lagledare.

Tävlingsjury: Juryn består av tävlingsledare, samt två representanter från gästande distrikt. Utses i samband med det tekniska mötet.

Startlista, tidsprogram m.m: Startlista och tidsprogram går att finna på <http://www.hanvikenssk.se> eller via Easy record (<https://easyrecord.se>)

Nummerlappar, och övrig information etc: Nummerlappar avhämtas distriktsvis av ansvarig distriktsledare på lördag mellan 10:00-13:00
Plats: Informationstältet öster om huvudläktaren

Distriktsledare - anmälan, avprickningar m m

Alla efteranmälningar, avprickningar och övrig kommunikation med tävlingssekretariatet sker genom respektive distriktsledare.

Efteranmälan: Efteranmälningar kan göras i mån av plats. Anmälan görs endast av ansvarig distriktsledare (Se ovan). Efter att detta PM har publicerats tas efteranmälningar endast emot under tävlingsdagarna lördagen 15/9 och söndagen 16/9 och görs på blanketter som hämtas i informationsbåset och lämnas till sekretariatet. Till lördagens grenar sker efteranmälan senast i samband med det tekniska mötet. Till söndagens grenar senast kl 08.30 på söndagen. Kostar 150 kr/ gren resp 200 kr/ stafettlag.

Stafettlag: Laguppställning till stafetterna skrivs på blanketter som hämtas i informationsbåset och behöver vara sekretariatet tillhanda senast klockan 13:15 söndagen den 16/9-18.

Tävlingsbestämmelser: Endast tävlande och funktionärer får befinna sig på innerplan och på hoppområdet. 1-2 stavcoacher/distrikt får befinna sig på inneplan inom det för ledare anvisade området. Tävlingsdräkt, klubb- eller distriktskläder ska bäras. Nummerlapp ska bäras väl synligt enligt SFIF:s tävlingsbestämmelser.

Inmarsch/invigning: Sker distriktsvis lördag kl 11:00. Samling 10.50 eller direkt efter det tekniska mötet, utanför ingången till Fontana ishall.

Uppvärmning: Sker på den stora konstgräsplanen bakom ishallen öster om friidrottsarenan. När fotbollsmatcher pågår (lördag 09:00-12:30 & söndag efter 16:30) sker uppvärmning runt om idrottsplatsen samt på den lilla konstgräsplanen bakom huvudläktaren.

Omklädningsrum och toaletter: Omklädningsrum och toaletter finns på området.

Avprickning: Avprickning ska ske av den aktive personligen med signatur senast 60 minuter före grenstart 90 minuter i stavhopp i samtliga grenar (Endast försök i löpningen). Skriv årsbästaresultat, om detta inte redan har angivits i anmälan, för rättvis heatindelning. Seedning sker efter angivna årsbästa- alternativt personbästatiderna. Ej avprickad deltagare kommer inte att tillåtas starta. Avprickningslistor finns uppsatta väster om huvudläktaren. **Avprickad deltagare som uteblir från grenstart kommer att diskvalificeras från fortsatt deltagande under tävlingen.**

Upprop: Muntligt upprop i teknikgrenarna kommer att ske 20 minuter före start vid respektive tävlingsplats. Upprop för löpgrenarna 15 minuter före start invid respektive startplats.

Löpning: Trollbäckens IP är en friidrottsarena med 6 stycken löparbanor både på raksträcka och runt om. I samtliga löpgrenar där försök och final genomförs sker vidareavancemang endast via tider. För rättvis seedning **ska** årsbästa (alt. personbästa) anges vid anmälan alternativt vid avprickning.

Häcklöpning: 200m H = sista fem häckarna på 400 m H, start till första häck: 20 m, mellan häckarna: 35 m Häckhöjd F13 68,6, P13 76,2. 300m H = start till första häck 45 m, mellan häckarna 35 m, häckhöjd 76,2.

Höjd: Tidsgränsen efter upprop är 30 sekunder. Vid två försök i följd av samma tävlande är tiden 2 minuter. Vid 3-1 deltagare kvar i grenen är tiden 1,5 respektive 3 minuter.

Höjningsschema:

F13 117-122-127-131-135-139 + 3 cm

P13 117-122-127-131-135-139 + 3 cm

F14 122-127-131-135-139-143 + 3 cm

P14 122-127-131-135-139-143 + 3 cm

Stav: Tidsgränsen efter upprop är 1 minut. Vid två försök i följd av samma tävlande är tiden 3 minuter. 3–1 deltagare kvar i grenen är tiden 2 respektive 5 minuter. Vid stavhopp är det tillåtet att bära nummerlappen på ryggen.

Höjningsschema:

F13 182-202-222 + 10 cm

P13 182-202-222 + 10 cm

F14 182-202-222 + 10 cm

P14 202-222-242 + 10 cm

Längd/tresteg: Tidsgränsen efter upprop är 30 sekunder. Alla tävlande har tre försök. De åtta bästa får ytterligare tre försök. För F13 & P13 gäller hoppzon i längd och tresteg. I tresteg tejpas plankor på 11, 9 & 7 meter samt zoner mellan 10-9 och 8-7 meter.

Spjut: Tidsgränsen efter upprop är 30 sekunder. Alla tävlande har tre försök. De åtta bästa får ytterligare tre försök. För F13 & P13 godkänns kast där spjut inte landar med spetsen först. För F14 & P14 godkänns endast spjut som landar med spetsen först.

Övriga kastgrenar: Tidsgränsen efter upprop är 30 sekunder. Alla tävlande har tre försök. De åtta bästa får ytterligare tre försök.

Egna redskap: Egna redskap är tillåtna under förutsättning att de godkänns vid invägningen/kontrollmätningen samt att övriga deltagare i tävlingsklassen får använda dem. Invägning sker vid redskapscontainer väster om sekretariatet
Invägningstider: lördag 09.00 – 11.30, söndag 08:00 – 09:00.

Prisutdelning: Mästerskapsmedaljer delas ut till de tre bästa i varje gren. Prisutdelning sker i anslutning till avslutad gren. Följ grenledaren till prispallen. I löpgrenarna går de tre främsta till prispallen efter upprop från speaker så snart resultatet är fastställt.

Protest: Protest ska först göras till ansvarig grenledare. Protest kan lämnas av aktiva och ledare som företräder honom/henne. Skriftlig protest lämnas av distriktsledare till sekretariatet senast 30 minuter efter det att grenens resultat har kungjorts. Protestavgift är 300 kr (kontant) som återfås om protesten godkänns.

Resultat: Resultat anslås på särskilda tavlor bredvid den stora läktare och återfinns på länken (<http://easyrecord.se/live?7Scuxx>)

Poängberäkning: Poängberäkning i lagtävlingen mellan distrikten görs fortlöpande under tävlingens gång och meddelas med jämna mellanrum av speakern, sätts upp vid resultattavlorna och återfinns på länken (<http://easyrecord.se/live?7Scuxx>). Poängberäkningen börjar med 18 poäng för segraren, oavsett antal deltagande distrikt, och ned till 1 poäng. (18, 17, 16, o.s.v.). Endast två deltagare per distrikt

erhåller poäng. I stafetten får endast ett lag/distrikt poäng. Nio poäng för segraren och ned till 1 poäng. (9, 8, 7, o.s.v.)

Sjukvård: Sjukvårdare kommer att finnas på Trollbäckens IP.

Mat och boende

Matsservering

All förbeställd mat serveras i Kumla skola som ligger på gångavstånd (ca 800 m) från Trollbäckens IP vid följande tider:

Lördag - Frukost serveras 07:30 - 09:30 för de distrikt som anländer fredag kväll.

Lördag – lunch 11.30 - 15:00

Lördag – middag 17:00 - 20:00

Söndag – Frukost serveras 07:00 - 10:00

Söndag – Lunch serveras 11:30 - 15:00

Kiosk

På Trollbäckens IP kommer bland annat en foodtruck, som serverar kaffe, läsk hamburgare m.m. finnas.

Boende

På grund av stort antal övernattande kommer boende ske på tre ställen.

I Kumla skola sover:

Gotland, Värmland, Gästrikland, Uppland, Närke och Södermanland

Adress: Tors väg 12, 135 51 Tyresö

I Wättingehallen sover:

Stockholm och Västmanland

Adress: Farmarstigen 9, 135 36 Tyresö

I Idrottsfritids (Trollbäckens IP) sover:

Dalarna

Adress: Skolvägen 33, 135 53 Tyresö

För övernattande endast lördag till söndag sker incheckning från klockan 16:30 och utcheckning senast 10:00 dagen därpå. Varje region ansvarar för att lämna hallarna i snyggt skick. Ev bänkar, mattor etc som har använts för övernattningen ska ställas tillbaka på sin plats. Hanvikens SK friidrott ansvarar inte för värdesaker eller packning som lämnas i lokalerna.

Tävlingsledare: Michael Pettersson Mobil: 070-811 29 47

Övriga Upplysningar: <http://www.hanvikenssk.se>