

PM Deltagare Veteran-SM

Karlstad 2024

Tävlingsarena: Sola arena/Massa Lind Arena (kastgrenarna), Karlstad

Parkering: Parkering sker på P-platser som finns i anslutning till Sola Arena, se karta.

Omklädningsrum: Omklädningsrum finns inne i huvudläktaren på Sola Arena.

Toaletter: Toaletter finns på Sola Arena (gavlarna) samt i Eva Lisa Holtz arena.

Avprickning: Avprickningen sker digitalt senast en timme före grenstart, se guide här.

Seedning: Det är endast seedning i 5000m och 10 000m löpning som i år seedas över åldersklasserna. Därför är det viktigt att alla deltagare i löpgrenarna 5000m och 10 000m löpning anmäler årsbästa/uppskattad tid till tavling@ifgota.se snarast.

Redskap: Lämnas in till Teknisk ledare senast 1 timme innan grenstart. Godkända redskap tas in till tävlingen och får användas av samtliga deltagare i tävlingen. Inlämning av redskap sker på Sola Arena in mot Eva Lisa Holtz arena.

Final: Finaler går alltid på utsatt tid även om försök utgår.

Nummerlappar: Alla nummerlappar hämtas personligen (självbetjäning) i Eva Lisa Holtz arena (uppvärmningsarenans rakkbana).

Reklamen får ej vikas in. För grenarna 5000m och 10 000m löpning hämtas två nummerlappar ut. En med startnummer för bröst och en med åldersklassen för rygg.

De som deltar i gånggrenar hämtar ut två nummerlappar då de behöver ha nummerlapp både fram och bak eftersom domarna måste kunna identifiera gångare både före och efter passering.

Upprop: För löpgrenar sker upprop 15 minuter innan loppet vid respektive start. För teknikgrenar sker upprop 20 min (stav cirka 30 min) innan start vid respektive tävlingsplats.

Uppvärmning: Uppvärmning sker inne i Eva Lisa Holtz arena som ligger precis i anslutning till Sola Arena.

Protest: Protest under pågående tävling sker muntligt av den aktive till ansvarig grenledare som tar beslut. Är man inte nöjd med grenledarens beslut överklagas detta genom skriftlig protest som måste ske inom 30 min efter kungjord resultatlista av den aktive eller ledare åtföljt av en avgift av 500kr. Överklagan är giltig först efter att även avgiften för den erlagts. Avgiften återbetalas om protesten godkänns.

Prisutdelning: Prisutdelning sker i direkt anslutning till avslutad gren. Pristagarna går direkt från avslutad gren till prisutdelningen. (OBS att prisutdelning sker på respektive tävlingsplats, Massa Lind Arena eller Sola Arena.

Dopingkontroll: Det kan förekomma dopingkontroller under tävlingarna, alla deltagare behöver ta med godkänt ID-kort.

Sjukvårdspersonal: Det kommer att finnas sjukvårdspersonal på plats med bas på upploppet.

Lunch: Förbokad lunch finns att hämta i kiosk på huvudläktaren.

Kiosk och grill: Finns alla dagar på båda arenorna med korv, hamburgare, kaffe, kaka med mera.

Resultatservice: Liveresultat slutresultat presenteras via hemsidan eller easyrecord.se

Efteranmälan: Endast i mån av plats mot en avgift på 500 kr/gren. Det vill säga det får inte bli något extra heat eller extra omgång. Efteranmälan görs vid tältet i anslutning till måltornet.

Tävlingsbestämmelser:

- Tävlade skall bära reglementsenslig tävlingsdräkt. Reklam på överdragskläder och väskor skall vara i enlighet med SFIF:s regler.
- En första felaktig start medför personlig varning (gulsvart kort).
Diskvalifikation i grenen sker över andra gulsvarta kortet som då blir ett rödsvart kort för diskvalifikation i grenen. Helrött kort innebär diskvalifikation ifrån hela tävlingen.
- Inga ledare, tränare eller icke tävlade får finnas på innerplan under pågående tävling.
- Den aktiva får ej medföra musikanläggningar utan hörlurar eller ha påslagna mobiltelefoner på innerplan under pågående tävling.
- Förbjudet att använda mer än 2 anlopsmarkeringar i hopp. Krita/färg får ej användas. Anlopsmarkeringar tillhandahålles.
- Vid löpningar 100/200m går 2 bästa i varje heat + 4 tider till final. Om det är åtta eller färre avprickade går finalen på finaltid.
- Övriga sträckor seedade A-B-C finaler där A-finalen går sist (det förmodade bästa).
Om det blir få avprickade deltagare i någon grupp förbehåller vi oss rätten att göra en ny gruppindelning dock ej tidigare lagd om inte speciella skäl föreligger.

Svensk stafett 1000 m (100+200+300+400m) går i 15-årsklasser i samband med VSM. Det vill säga: M/K 35-45, M/K 50-60, M/K 65+.

Tillåtna lagsammansättningar i manlig stafett:

1. Valfri ålderssammansättning i klubblaget, lägsta ålder avgör lagets åldersklass.
2. Mixade lag av män och kvinnor från en och samma klubb, varav minst en manlig löpare.
3. Rena herrlag i allians mellan flera klubbar (klubbarna kan vara från samma distrikt eller från olika distrikt).
4. Mixade lag av män och kvinnor i allians mellan flera klubbar, varav minst en manlig löpare.

Tillåtna lagsammansättningar i kvinnlig stafett:

1. Valfri ålderssammansättning i klubblaget, lägsta ålder avgör lagets åldersklass.
2. Rena damlag i allians mellan flera klubbar.

Endast rena herr- resp. damlag, där alla deltagare kommer från samma klubb, enligt punkt 1 ovan, kan sätta ett svenskt rekord, mästerskapsrekord och erhålla medalj vid VSM. Detsamma gäller för att få tillgodoräkna sig poäng i klubbtävlingen.

Detta innebär att alla varianter utom rena herr- respektive damlag enligt punkt 1 ovan deltar utom tävlan. Ett rent herr- respektive damlag i allians mellan flera klubbar kan däremot sätta internationella rekord (nordiska, europa- och världsrekord).

De lag som tävlar om medaljer skall i första hand springa i samma heat. Ingen anmälningsavgift tas ut för stafettlag vid VSM och anmälan kan ske på plats, så sent som det är tävlingstekniskt möjligt, vanligtvis fram till en timme innan start. Blanketter finns vid kansliet nedanför måltornet.

Email: tavling@ifgota.se

Redskapsvikter under VSM:

Klass	Kula, kilo	Diskus, kilo	Slägga, kilo	Spjut, gram	Vikt, kilo
M 35 - 45	7,26	2	7,26	800	15,88
M 50 - 55	6	1,5	6	700	11,34
M 60 - 65	5	1	5	600	9,08
M 70 - 75	4	1	4	500	7,26
M 80 +	3	1	3	400	5,45

Klass	Kula, kilo	Diskus, kilo	Slägga, kilo	Spjut, gram	Vikt, kilo
K 35 - 45	4	1	4	600	9,08
K 50 - 55	3	1	3	500	7,26
K 60 - 70	3	1	3	500	5,45
K 75 +	2	0,75	2	400	4

IF Göta Karlstad hälsar varmt välkomna till nya Sola Arena och Karlstad!