

PM VETERAN SM INOMHUS 6–8 FEBRUARI 2026 STORÄNGSHALLEN



Svenska Friidrottsförbundet och Huddinge AIS, IFK Tumba och Södertälje IF hälsar er välkomna till 2026 års SM inomhus för veteraner.

Arena: Storängshallen, Förrådsvägen 1, Huddinge. Arenan ligger ca 10 min gångväg från pendeltågsstationen i Huddinge. Utanför Storängshallen stannar en mängd bussar, se www.sl.se – Hållplats Helgedalsvägen. Parkering gratis i tre timmar med Easypark-appen eller P-skiva, sedan 5 kr/tim. Se till att vara ute i god tid då det är begränsad framkomlighet på Storängsleden som leder till hallen. Gå från Huddinge Centrum till Storängshallen.

Avprickning: Görs digitalt i alla grenar samma dag som grenen äger rum via länken: [Avprickning](#).

Avprickad deltagare måste starta för att få delta i andra grenar. Uteblir deltagare från gren där denne är avprickad så riskerar den tävlande att inte få delta i andra grenar under mästerskapet. Om det är svårt med avprickning så kommer vi att hjälpa till vid nummerlappsutdelningen med detta.

Deltagande: För att en gren skall genomföras vid IVSM måste minst en deltagare vara anmäld vid ordinarie anmälningstids utgång. Om inte så är fallet så utgår grenen. Även en ensam deltagare i en gren kan utses till svensk mästare i veteranklass.

Utländskt deltagande: Utländska medborgare som är bosatta i Sverige och har giltigt tävlingstillstånd (som inkluderar SM-tävlingar) har full behörighet och tävlar om SM-placeringar och medaljer.

Tävlande från utlandet kan delta i IVSM utom tävlan, men inte ta någon SM-behörig deltagares plats i en finaltävling. Deltagandet är alltså begränsat till försöksheaten i de grenar som genomförs med försök och final, och till de tre första tävlingsomgångarna i längd, tresteg och kast. I längd, tresteg och kast får alla 6 försök göras om det är 8 deltagare eller mindre. I grenar som genomförs med final direkt kan tävlande från övriga länder delta, men inte få någon SM-placering

Nummerlappar: Hämtas individuellt vid ingången i hallen. Nummerlapp ska bäras synlig på bröstet, valfritt bröst/rygg i stav, höjd och vikt. Första två siffrorna på nummerlappen klass. Gångare bär nummerlapp både bak och fram. Nummerlapp kan hämtas: Fredag från 14.30, lördag från klockan 09.00 och söndag från 07.30

Upprop: 15 min före resp. grenstart där grenen avgörs. Stav 30 min. Upprop för löpning sker på innerplan nära 60m starten. Se till att vara på plats i tid. Var beredd att visa upp tävlingsdräkt, nummerlapp och spikskor.

Uppvärmning: Rundbanan (ej i kurvorna). Vid rundbanelopp på gröna sprintbanan.

Tävlingsbestämmelser: Tävlade skall bära reglementsenlig tävlingsdräkt. Spiklängd max 6 mm. För skor som används av deltagare i veteranklasser (M/K 35 och äldre) – oavsett gren – gäller följande maximimått för sultjocklek:

Spikskor: maximalt 30mm

Övriga skor: maximalt 40mm

Se även: [Skoregler](#).

Redskapskontroll: Redskap som ska vägas in lämnas vid förrådet snett bakom 60m-starten senast 60 min innan grenstart. Invägd redskap får användas av alla i den aktuella klassen och grenen.

Vikt/kula: Sker med utomhusredskap med gruslandning. I kula B är det landning på matta. Tävlingen genomförs med metallkuler och hårda vikter. När det pågår dubbla kultävlingar är det viktigt att säkerhetsföreskrifter följs och avspärrningar respekteras.

Innerplan: Inga ledare, tränare eller icke tävlande får finnas på innerplan under pågående tävling. Det är ej tillåtet att använda mer än två ansatsmarkeringar i hopp. Krita/färg får ej användas. Vid tejpansatsmarkering får du gärna ta bort din tejp efter avslutad gren.

Efteranmälan: Kan ske i mån av plats d.v.s. det får inte bli någon extra pool eller omgång. Kostnad 400kr som faktureras respektive förening. Efteranmälan kan registreras på hemsidan tom torsdag 5 februari därefter endast på plats fram till 90 min före grenstart.

Invigning: Tävlingarna invigs på lördag 7/2 ca kl. 12.00.

Resultat: Kan följas live under helgen på: [Resultat](#). Inga resultat anslås i hallen.

Lagtävling: Den förening med högst lagpoäng utses till bästa förening på IVSM 2026. Ställningen kan följas live här: [Lagtävling](#).

Löpning: Vid final på 60m och 60m häck, om försöksheat har föregått finalen, sker banlottning enligt seedningsreglerna: Seedningsgrupp 1 placeras på bana 3–6, seedningsgrupp 2 på bana 2 och 7, samt seedningsgrupp 3 på bana 1 och 8. Löpare som gått vidare på placering seedas alltid högre än löpare som gått vidare på tid.

Vid final i fler än ett heat (200m eller längre) sker heatindelning och ranking utifrån årsbästa inne, samt även från utesäsong 2025. Ranking ligger till grund för vilka heat löpare springer i.

200m/400m: En omgång som seedas i A-final, B-final o.s.v. där A-final löps sist. All fyra banor används. Banlottningen 3-4-2-1 gäller.

800m: Vid 8 eller färre avprickade löpare avgörs tävlingen i en final. Starten går då på starttiden för final A.

3000m: Vid 14 eller färre avprickade löpare avgörs tävlingen i en final.

Återbud till kommande tävlingsomgång: Om en tävlande som kvalificerat sig till en final lämnar återbud kan "de bästa av de utslagna" kallas in som ersättare. (Ref. TR 20.2.1 Anm 2 och TR 25.12.)

För SM-tävlingar i individuella grenar på arena gäller då följande procedur: De två bästa av de utslagna i försök, kval eller semifinal utses till första respektive andra ersättare till en finalplats. Om en finalkvalificerad deltagare lämnar återbud erbjuds ersättarna i turordning en finalplats. Utsedd ersättare måste vara beredd på att en finalplats kan bli tillgänglig fram till 60 minuter före finalens starttid. Senare återbud än så ersätts inte. Information om återbud och ersättare ska anslås vid sekretariatet och vara direkt synligt på finalens startlista online.

Deltagare som väljer att stryka sig från final måste snarast och senast 60 minuter före finalens starttid meddela återbud till sekretariatet. Besked om återbud ska lämnas skriftligen och kan ges av deltagaren själv alternativt genom tränare eller representant från deltagarens förening. Speciell blankett för återbud finns vid sekretariatet under teknikhyllan.

Deltagare som önskar avstå sin ersättarplats måste meddela detta till sekretariatet. Ersättarplatser kan i sin tur inte ersättas. Endast de två bästa av de utslagna erbjuds ersättarplats.

Om en löpgren avgörs i tre tävlingsomgångar (försök – semifinal – final) gäller ovanstående procedur enbart mellan semifinal- och finalomgången. Ersättare kallas alltså inte in vid eventuella återbud till semifinalerna i en löpgren.

Tresteg: Planka vid 9 m, 11 m, och 13 m. Övriga plankor tejpas på 7 m och 5 m.

Vikt/kula: Sker med utomhusredskap med gruslandning. I kula B är det landning på matta. Tävlingen genföres med metallkuler och hårda vikter. När det pågår dubbla kultävlingar är det viktigt att säkerhetsföreskrifter följs och avspärrningar respekteras.

Stafett 4×200m: Anmälan och inlämning av laguppställning till sekretariatet nedanför teknikhyllan senast 90 min före grenstart. I SM-tävlingen endast lag

med samtliga deltagare av samma kön och från samma klubb. Separata banor tre kurvor om inte annat beslutas på plats i samråd med deltagande lag.

Hopphöjder höjd och stav:

Vid hoppning vid samtidigt av flera klasser så får inte ev segrare i sin klass bestämma höjden utan måste följa höjdschemat.

Höjd

M35-M50: 126-134-142-146-150-154-158-161 och därefter 3 cm.

M55-M80+: 80-83-86-89-92-94 och därefter 2 cm.

K35-K50: 108-112-116-120-124-128-131 och därefter 3 cm.

K55-K80+: 66-69-72-74-76 och därefter 2 cm.

Stav

M35-M45: 220-240-260-280-290 och därefter 10 cm.

M50-M60: 180-190-200-210-220-230-235 och därefter 5 cm.

M65+: 160-170-180-190-200-210-215 och därefter 5 cm.

K35-K80+: 120-130-140-150-160-170-180-190-200 och därefter 5 cm.

Protest: Sker i första hand till grenledaren. Skriftligt överklagande av grenledarens beslut efter protest lämnas in i sekretariatet och skall ske inom 30 min efter kungjord resultatlista av den aktive eller ledare åtföljt av en avgift av 500kr, som återbetalas om protesten godkännes. Blankett hämtas i sekretariatet.

Prisutdelning: Prisutdelning sker så fort som möjligt efter avslutad gren. Håll dig i närheten av prisspallen efter grenen om du vet att du vunnit en medalj.

Sjukvård: Sjukvårdare finns tillgänglig i hallen under hela tävlingen.

Servering: Servering finns i Storånghallen. I matväg serveras toast, korv med bröd och hamburgare. OBS! Betalning endast med swish.

Matbeställning (pastasallad/lasagne) måste göras senast 28/1 på följande länk: [Beställning av mat IVSM – förifyllt formulär](#).

Önskas andra alternativ finns COOP och Hemköp i Huddinge Centrum där också olika restauranger finns (ca 10 min promenad).

Massage: Välkomna på massage under IVSM. Bokningsschema för helgen kommer finnas på plats utanför massagerummet. Kostnad 200kr/20 min, endast betalning med Swish.

Försäljning: Global Sport kommer finnas på plats med skor och utrustning. Förboka genom att maila till office@globalsport.se eller ring 040-456527 senast 1 feb 2026

Kontakt: Tävlingsledare Per Öhrland, pelle@huddingeais.se, 070-675 87 99

Huvudsponsor Svenska Friidrottsförbundet



Nationella partners Svenska Friidrottsförbundet

ATGA

Folksam

Prioritet Finans

Sundström



folkspel

