

Nummerlappar: Lämnas ut på tekniska mötet kl.09.15

Avprickning: Behövs inte

Calling/Upprop: I löpgrenar sker uppropet 20 minuter innan start i friidrottshallen. Stav 60 minuter innan start vid stavhoppet. Övriga teknikgrenar 20 minuter innan start eller när föregående gren är avslutad vid respektive gren.

Skor: Skomodeller som finns med på World Athletics "Shoe Compliance List" är tillåtna att använda. Maximalt tillåten sultjocklek är:

- **20 mm:** Samtliga löpgrenar på arena, terränglöpning (spikskor) samt alla hopp- och kastgrenar.

Läs mer om skoregler på länken nedan:

<https://www.friidrott.se/tavling-landslag/tavling/regler-bestammelser/regler/skoregler/>

Representationsregler för Lag-SM: Observera att enbart aktiva som hade rätt att representera sin nuvarande förening före den 15 maj 2025 kan delta i Lag-SM. (regel D 5.3.7.2). Om ni är osäker på om någon övergång blev registrerad inom denna tidsram, kontrollera <https://www.friidrott.se/forening-forbund/forening/medlem-i-svensk-friidrott/foreningsbyte/karens-2025/> på www.friidrott.se. Icke-svensk medborgare måste ha giltigt tävlingstillstånd enligt regel D 1.5.2.2 för att få delta i Lag-SM. För att delta på 5000m och 3000m hinder ska du vara minst 17 år under kalenderåret, d.v.s. född 2008 eller tidigare.

Omklädningsrum: Finns i friidrottshallen.

Uppvärmning: Sker i friidrottshallen eller på konstgräsplanen bakom läktaren.

Kast: Samtliga kast sker på innerplan. Redskapskontroll: Egna kastredskap lämnas in för kontroll vid anvisad plats i friidrottshallen senast 60 min innan start av respektive kastgren.

Antal försök: 6 (längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut). Ingen omvänd hopp- och kastordning.

Höjningsschema:

M Höjd: 150-165-175-182-187-192-196-200-203+3cm

M Stav: 260-290-320-340-360-380-400-416-431-446-456+10cm

K Höjd: 120-130-140-147-154-159-163-167-170+3cm

K Stav: 160-200-230-260-280-300-315-328-338-348+10cm

Trestegsplankor föreslås på tekniska mötet till 13m för män och 10m för kvinnor. Vid behov kan också 10m för män och 9m för kvinnor erbjudas.

Stafetter: Stafetterna avgörs efter att alla andra grenar är avklarade.

Protester/överklaganden: Protest mot domslut bör framföras till grenledare i omedelbar anslutning till den händelse protesten gäller, och allra senast 15 minuter efter att resultatet offentliggjorts på resultattavlan på läktaren. Om aktiv/ledare är missnöjd med grenledarens beslut med anledning av en protest kan skriftligt överklagande lämnas in

till sekretariatet. Den som överklagar ska betala en depositionsavgift på 500:-, som betalas tillbaka om tävlingsjuryn ändrar domslutet till den överklagandes favör.

Prisutdelning: Sker så snart som poängen är summerade framför läktaren på gräsplanen.

Dopingkontroll: Kan komma att genomföras.

Tält: Det finns möjlighet att sätta upp föreningstält ovanför läktaren på borte långsidan.

Sjukvård: Tävlingsläkare kommer finnas.

Luncher: Lagen som förbeställt lunch får biljetter på tekniska mötet. Lunchbiljetterna delas ut på tekniska mötet och maten hämtas i fiket mellan kl. 11.00-14.00 i friidrottshallen.

Boende: Bokas vid behov av föreningarna själva. Förslag: Scandic Star Hotel, Sollentuna. (Se mer info i inbjudan)

Frågor skickas fram till 12 juli till lagsm@turebergfriidrott.se som vid behov skickar vidare till rätt person.