

PM för USM 15 och JSM 19 år

Norrköpings Friidrottsarena 29 - 31 aug 2025

Hitta hit

Norrköpings Friidrottsarena. Vattenverksvägen 10.

Fri parkering på stora parkeringen bakom läktaren, eller på parkeringen vid Stadium Arena.

Stora bussar kan stå i bussficka på gatan bakom läktaren.

Lokaltrafik med buss (linje 3 ersätter spårvagn) från centrum mot Klockaretorpet, hållplats Sandtorp, därefter promenad 5 min.

Allmän information

Tidsprogram finns på tävlingens hemsida, <https://www.friidrott.se/svenska-masterskap/usm15-jsm19/>

Entré via gånggrindarna bakom läktaren eller stora entrén mot Himmelstalundshallen

(bakom 300m-starten). Där kan man tillfälligt köra in bil /minibuss för att lämna av/hämta tält o.s.v.

Behöver man lämna av stavar, så finns en körgrind nedanför förråden bakom 100m-starten. Där kan man också tillfälligt lasta av stavar. Se kart-skiss.

Fri entré och ackreditering för ledare behövs ej. Hundar tillåts på arenan, men ska vara kopplade.

Föreningstält får sättas upp på anvisade ytor: Slänten utanför 300m-starten/kastburen (gräs, sluttar delvis), eller asfaltytan ovanför första kurvan, i utkant mot staketen. Inga bokade platser, ni väljer själva, men ber att ni tar hänsyn till andra, och inte tar för stora ytor i anspråk. Tält får inte blockera utrymningsvägar/grindar eller gångstråk. Arena-funktionärer har rätt att be er ta ned/flytta tält om de sätts upp fel.

Tält kan sättas upp från och med torsdag 28/8, 17.00. Ingen bevakning, men grindar till arenan låses över natt, från 21.

Stor läktare med sittplatser under tak på upplopps-sidan. Fri sittning där.

Omklädningsrum med duschmöjlighet finns på arenan. Hus bakom 100m-starten. Skyltar på dörren för de som är öppna.

WC finns i olika områden på arenan, de flesta i husen nedanför 100m-start, men också i målhuset bredvid kiosken – se arenaskiss.

Sjukvård/första hjälpen kommer att finnas och rör sig på arenan. I första hand är sjukvårdare på plats på läktaren i närheten av målet. En liten uppsättning med lindor, första förband, plåster, tejp kommer också att finnas vid varje gren, där funktionär på plats kan hjälpa till. Huvudfunktionärer kan tillkalla sjukvårdare via radio eller tel.

Kiosk med kaffe/annan dryck, fikabröd, smörgåsar, godis/choklad m.m. finns i nedervåningen av målhuset. Respektera ev. kö-avspärrningar för funktionärer som hämtar fika/mat där också.

Hamburgergrill alla dagarna, Restaurang Hantverkaren är på plats. Tält finns anslutning till serveringen, på stora asfaltytan bakom målet. Man köper hamburger-biljett i kiosken.

Betalning med Kort eller swish gäller.

Träning /besöka arenan är möjligt på torsdag kväll, mellan kl. 16 -20. Viss klubbträning/förberedelser pågår – så ta hänsyn till det. Alla grenar går inte att träna, tex inga långa kast på innerplan, det får ske på kastplanen i så fall.

Det går också bra att **lämna stavar på arenan** samma tid, torsdag kl. 16- 20, och de blir då inlåsta i vårt tävlingsförråd över natten.

Kontakta gärna tekniske ledaren **Tobias Hammarstrand** innan, 070 – 601 44 74

Föreningskuvert med nummerlappar samt förbeställda lunchbiljetter hämtas vid aktivas service. Bredvid stora tävlingsförrådet bakom 200m-kurvan, se arenakartan.

Vi vill att någon ansvarig från föreningen hämtar hela kuvertet, ingen personlig uthämtning av enstaka nummerlappar.

Förbeställd lunch. Serveras lördag och söndag i Restaurang Time Out inne i Stadium Arena, 300m från arenan.

Man kan också ta med sig en matlåda därifrån, och äta på arenan/annan plats.

Öppettider i restaurangen, lördag - söndag: 11:00-14:00

Se SM- hemsidan för menyn

Tävlingsinformation

Nummerlappar och avprickning

Nummerlapp skall bäras på bröstet utom i stav och slägga där det är valfritt att använda den på rygg eller bröst. Reklamen får ej vikas bort. Samma nummerlapp används i alla grenar under tävlingen och behöver inte återlämnas.

Avprickning är obligatorisk i samtliga grenar. Ej avprickad aktiv kommer ej tillåtas att delta.

Avprickningen sker digitalt i Webathletics med personlig namnteckning i alla grenar senast 60 minuter (för stavhopp 90 minuter) före angiven starttid.

Om grenen avgörs i mer än en tävlingsomgång behövs ingen ny avprickning efter försök/kval.

OBS! Aktiv som prickat av sig och uteblir från start kan ha förverkat sin rätt till fortsatt deltagande på tävlingen. Detta gäller även vid utebliven start efter avancemang till semifinal/final, om man ej meddelat detta i förväg. Meddela ev. utebliven start och skäl till detta i Calling.

Efteranmälan

I mån av plats, förutsatt att extra tävlingsomgång inte behöver läggas till, eller att tidsprogram påverkas för mycket. Flera grenar är stängda för efteranmälan, se hemsidan.

Mail till ujsm@tjalvefriidrott.se fram till och med torsdag 28/8, där man får bekräftelse eller ej på start.

Avgift på 400 kr/gren, faktureras i efterhand.

Efteranmälan på plats, sker på förfrågan om det är möjligt direkt till sekretariatet (via aktivas service), senast 90 min före utsatt starttid.

Startlistor, liveresultat och slutliga resultat finns på webathletics.se

Startlistor och heatindelning finns digitalt i webathletics när grenen är lottad, efter att avprickningstiden har gått ut, och informeras också om vid grenupprop (calling).

Resultat anges bara digitalt.

Uppvärmning

Uppvärmning utomhus sker förslagsvis på kastplanen bakom förrådsbyggnaderna nedanför 100m-starten, eller angränsade ytor utanför arenan. På kastplanen finns en bred gummibelagd ansatsyta, cirka 25m, där spikskor kan användas. Det finns gott om löpmöjligheter utanför arenan på Himmelstalundsområdet.

Uppvärmning kan också ske inne i friidrottshallen i Stadium Arena.

Ingång på framsidan, se uppsatt skylt på dörrar.

Öppet fredag 11.30-19.00, lördag 8.30 – 18.00, söndag 8.30 – 16.00.

Rena skor gäller där inne, inga blöta/smutsiga utomhus-skor.

Tävlingsområdet. Endast tävlande som har passerat calling - se nedan - och funktionärer får vara på tävlingsområdet = alla ytor innanför staketet runt bana 8.

Grenupprop (Calling) sker i tältet utanför 200m-kurvan enligt följande

Löpgrenar (även semifinal och final) **20 min** före start i tidsprogram (ingång 10-15 min före start)

Teknikgrenar (förutom stav) **40 min** före start i tidsprogram (ingång senast 30 min före start)

Stav **70 min** före start i tidsprogram (ingång 60 min före start)

Vid upprop kontrolleras:

- Den aktives personliga utrustning/spikar/tävlingsdress/nummerlapp. Tävlingsdress från din förening ska användas
- Ev. otillåten reklam på väskor m.m.

Reklamtryck på tävlingsdräkt får inte vara större/mer iögonfallande än föreningens namn/logga. Tights med tillverkarlogo runt hela midjan kan alltså inte användas som tävlingsdräkt. (På överdragskläder och väskor finns inga begränsningar för reklamtryckens antal eller storlek.)

Varje tävlande ansvarar för att tävla i skor som är godkända av World Athletics.

En aktuell förteckning över skomodeller som är godkända för tävling finns på

<https://certcheck.worldathletics.org/FullList>

Stickprovskontroller av tävlandes skor kan ske vid calling men också inne på tävlingsarenan om grenledare begär det. Aktiva som av medicinska skäl behöver tävla i skor med inläggssulor som gör att maximalt tillåten sultjocklek överskrids behöver visa upp intyg i samband med startupprop.

Gemensam inmarsch till grenen sker med funktionärer efter calling.

Vid finaler i löpning, eller inför finalomgångar i hopp/kast kan ev. line-up och presentation av aktiva från speaker ske.

Utgång från löpgren sker efter att du tagit hand om dina överdragskläder som finns vid tältet efter målgång. Efter finallopp samlas medaljörerna av funktionär och stannar kvar i tältet, inväntar prisutdelning, och får gå ut efter att prisutdelningen är gjord.

Utgång från teknikgren sker samlat tillsammans med funktionär via tältet bakom målet efter att grenen är klar. Aktiva kan också få lämna arenan efter avslutade försöksomgångar eller om man har fått tillstånd av grenledare att lämna.

Efter avslutad teknikgren samlas medaljörerna av funktionär och stannar kvar i tältet bakom målet, inväntar prisutdelning, och får gå ut efter att prisutdelningen är gjord.

Vid eventuell protest (se nedan) eller överklagan av protest får de aktiva besked om att vänta på anvisad plats, tills prisutdelning kan ske.

Protest ska alltid göras muntligt till grenledare vid teknikgren eller till löplederen.

Kan göras under pågående tävling eller senast 30 minuter efter kungjorda resultat i grenen. Gren/Löpledarens beslut (oförändrat eller ändrat) kan överklagas till tävlingsjuryn.

Överklagan ska göras skriftligt till tävlingsledningen i sekretariatet (via aktivas service) senast 30 minuter efter offentliggörande av beslut, om du önskar överklaga grenledarens beslut efter en protest. Avgift för överklagan är 500 kr (kontant eller Swish) som betalas tillbaka om överklagan medför ändrat domslut. Ring tävlingsledare Anna Palmerius 0705115436 om du önskar överklaga en protest.

Dopingkontroller kan komma att utföras under helgen.

Ersättare vid återbud till final

Tävlingsreglerna ger numera möjlighet att ersätta en deltagare som lämnat återbud till en vidarekvalificerad plats. Detta tillämpas här med undantaget att om det blir semifinal i en löpgren så erbjuds inga ersättarplatser mellan försök och semifinal. 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 anslås vid callingtältet och är direkt synligt på finalens startlista online. Den som önskar avstå sin ersättarplats måste meddela detta till sekretariatet. (via aktivas service)

Ersättarplatser kan i sin tur inte ersättas, endast de två bästa av de utslagna erbjuds ersättarplats. 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.

Om finalen redan är lottad när en ersättare kallas in övertar ersättaren den strukne deltagarens startposition (bana, hopp- eller kastordning).

Löpgrenar

(arenan har 8 banor runt, med en extra bana 9 som reserv på upploppet)

Kvalregler för löpning finns på SFIF:s hemsida:

<https://www.friidrott.se/tavling-landslag/tavling/svenska-masterskap/sm-bestammelser>

Final går alltid på utsatt finaltid, även om försök eller semifinal skulle utgå.

Hopp och kast

I finaltävling i längd, tresteg och kastgrenar ändras hopp-/kastordning efter de tre försöksomgångarna, så den med bäst resultat så långt hoppar/kastar sist i omgångarna 4, 5, 6.

Höjd och stav

Höjningsschema

F19 höjd- 146-150-154-158-162-165-168 +2

F19 stav- 250-266-282-298-314-324-334-344-354-364-374-384-391-398 +5

F15 höjd – 140-145-149-153-156-159 +2

F15 stav – 200-217-229-241-251-261-269-277 +5

P19 höjd- 170-176-182-187-192-196-200-203-206 +2

P19 stav- 370-388-406-424-438-452-462-472-480-488 +5

P15 höjd – 158-163-168-171-174 +2

P15 stav – 280-296-312-328-344-356-368-376-384 +5

Tresteg

Följande plankor/åldersklass:

P19: 13m och 11m (planka på båda)

F19 + P15: 11m (planka) eller 9m (tejp)

F15: 10m (målad eller tejp) + 8m (tejp)

Man meddelar vid /i avprickningen vilken plankor man vill använda. (det finns ett frisvarsfält i webathletics) Hoppordning i försöksomgångarna baseras på val av plankor.

Längd

Kvaltävling genomförs i två parallella gropar med 3 st. försök.

- Kvalgräns P15: 5.80 m. OBS! Kvaltävling genomförs om minst **21 st.** prickar av sig på fredagen, annars final på lördagen.
- Kvalgräns P19: 6.70 m. Kvaltävling genomförs om minst 17 st. prickar av sig på fredagen, annars final på lördagen.
- Kvalgräns F15: 5.20 m. Kvaltävling genomförs om minst 25 st. prickar av sig på fredagen, annars final på lördagen.

Högst tre hopp för alla i kvaltävlingen. Om inte minst 12 hoppare klarar kvalgräns för final så fyller man på finalfältet så att det blir de 12 bästa hopparna från kvalet till finaltävlingen.

Hoppare på plats 13 och 14 kan då anges som reserver för finalhoppning, enligt ovan.

F19 final direkt på lördag, med ordinarie 3 + 3 hoppomgångar.

Kast

Långa kasten sker på innerplan. Vi garanterar 2 inkast var på innerplanen, fler om tid ges.

Man meddelar vid /i avprickningen om man är höger- eller vänsterkastare (det finns ett frisvarsfält i webathletics). Kastordningen i försöksomgångarna kan baseras på detta, så att funktionärer kan ställa buren rätt.

Kula med nedslag på grus, på ytan innanför 200m-starten.

Egna redskap

Arrangören har tävlingsgodkända **kastredskap** för alla att använda. Egna redskap får användas.

Inlämning och kontroll av personliga kastredskap sker i tekniska rummet som är i förrådsbyggnaden utanför 200m-kurvan, bredvid Aktivasservice.

(se arenakartan) senast 90 minuter före grenstart, gärna tidigare. Efter märkning av godkända redskap återfinns de vid respektive gren innan start, tillgängliga för alla deltagare. Observera att personliga kastredskap som godkänts för tävling ska vara tillgängliga för samtliga deltagare.

Redskap lämnas tillbaka direkt efter avslutad tävling vid grenen.

.

Stavar kan lämnas till teknisk ledare/stavförråd före calling i klassen, eller dagen före för förvaring över natten på arenan. Märk paketet.

Stavar **FÅR** bäras in av ledare /tränare direkt till grenen efter calling, när gruppen går in på arenan, men följ anvisning av funktionär var de då ska placeras.

Kontakt med teknisk ledare, **Tobias Hammarstrand**: 070 – 601 44 74

Kontaktuppgifter

Tävlingsledare, regelfrågor, protester: Anna Palmerius 070 – 511 54 36

Projektledare/allmänna frågor: Krister Hultberg 076 -83 13 459

Arena, säkerhet: Stefan Malmborg 073 – 998 52 72

Teknisk Ledare: Tobias Hammarstrand 070 – 601 44 74

Teknisk Delegat: Pär Holm

1. Entréer
2. Omklädning
3. Kiosk/grill
4. Föreningstält
5. Calling
6. Aktivas service
7. Invägning redskap
8. Uppvärmning
9. Utgång efter gren/pris-samling

