

## **PM för lag-SM-kval 21 maj 2009**

Aktiva och ledare hälsas varmt välkomna till Råslätts IP och kval till lag-SM i friidrott 2009. Tävligen startar kl. 13.00, tekniskt möte i Råslätts IF:s klubbstuga kl. 12.00. Klubbstugan finns på idrottsplatsen strax bakom starten för 110 meter häck.

### **Tävlingsbestämmelser**

Tävlande skall bära klubbens tävlingsdräkt, därför används inga nummerlappar.

Innerplan får endast beträdas av funktionärer och tävlande i aktuell gren.

Protester under pågående tävling sker muntligen av den aktive till ansvarig grenledare. Skriftlig protest lämnas till sekretariatet senast 15 minuter efter det att resultat anslagits, åtföljd av en avgift av 300:-, som återbetalas om protesten godkänns.

Spiklängd 6 mm i löpgrenar och 9 mm i hopp/spjut.

I övrigt hänvisas till Svenska Friidrottsförbundets regler för lag-SM och till föredragningslistan för Tekniskt möte.

### **Släggkastning**

Släggkastningen sker på en arena 2 km från Råslätts IP. Gemensam färd dit kl. 12.20.

Vägbeskrivning för den som vill åka direkt till denna arena:

E4 från söder, väg 40 mot Göteborg, därefter avfart 102 HAGA.

Väg 40 från Göteborg – avfart 102 HAGA.

### **Servering**

Kaffe, dricka, korv, godis mm finns till försäljning i kiosken bakom läktaren.

### **Omklädning**

Omklädningsrum finns i ett hus omedelbart till höger innanför entrén. På övervåningen omklädningsrum för kvinnor, på undervåningen för män.

### **Uppvärmning**

På fotbollsplanen bakom läktaren, får ej ske på innerplan.

### **Egna kastredskap**

Egna kastredskap vägs och mäts senast en timme före respektive grenstart.

Plats: Utanför sekretariatet i tidtagartornet. Redskap som lämnas in och godkänns får användas av alla i tävlingsgrenen.

### **Avprickning/Upprop**

Ingen avprickning. Upprop 10 minuter före varje grenstart vid startplatsen för respektive gren.

### **Hoppscheman**

*Höjd män* 150-165-175-182-187-192-196-200-203+3cm

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

*Höjd kvinnor* 120-130-140-147-154-159-163-167-170+3cm

*Stav kvinnor* 160-200-230-260-280-300-315-328-338-348+10cm

## Poängberäkning

Vid deltagande av sex föreningar: 6-5-4-3-2-1 poäng i varje tävlingsgren.

Vid deltagande av fem föreningar: 5-4-3-2-1 poäng i varje tävlingsgren.

För erhållande av poäng fordras godkänt resultat i respektive tävlingsgren, dock skall stipulationsgräns för respektive gren ha uppnåtts – se nedan.

## Stipulationsgränser för poäng

Gren	Män	Kvinnor
100m	13.00	15.40
200m	27.00	33.30
400m	61.00	80.00
800m	2:24.00	3:10.00
1500m	5:00.00	6:15.00
5000m	19:00.00	23:00.00
1500m hinder		10:00.00
3000m hinder	12:20.00	
100m häck		21.00
110m häck	21.00	
400m häck	72.00	100.00
Höjd	1.50	1.20
Stav	2.60	1.60
Längd	5.10	3.80
Tresteg	10.50	8.00
Kula	9.00	6.40
Diskus	27.00	20.00
Slägga	25.00	20.00
Spjut	35.00	20.00

**Resultat** anslås snarast efter genomförd gren på anslagstavla bakom läktaren. Samtliga resultat läggs ut <http://www.ikhps.se/friidrott>

**Tävlingsläkare** finns på plats under hela tävlingen.

Rum för sjukvård finns i anslutning till männens omklädningsrum.

## Funktionärer

Svenska friidrottsförbundets kontrollant: Gunnar Olausson

Tävlingsledare: Sture Ulfberg, tfn 0706-040805

Teknisk ledare: Göran Holst

Tävlingssekreterare: Anders Grönvall

Speaker: Lasse Elfgaard

Starter: Anders Nyqvist, Anders Clarén

Eltidsledare: Krister Johansson

Löpledare: Tony Peterson

Tävlingsläkare: Christer Simfors

## Banordning/startordning

### Män

Gren	Bana 1	Bana 2	Bana 3	Bana 4	Bana 5	Bana 6
100 m	Möndal	Alingsås	IKHP	Tjalve	Växjö	Sisu
200 m	Sisu	Möndal	Tjalve	Växjö	IKHP	Alingsås
400 m	Tjalve	IKHP	Alingsås	Möndal	Sisu	Växjö
800 m	Alingsås	Sisu	Växjö	IKHP	Tjalve	Möndal
1500 m	IKHP	Växjö	Sisu	Alingsås	Möndal	Tjalve
5000 m	Tjalve	IKHP	Alingsås	Möndal	Sisu	Växjö
Hinder	Sisu	Möndal	Tjalve	Växjö	IKHP	Alingsås
Kort häck	Växjö	Tjalve	Möndal	Sisu	Alingsås	IKHP
Lång häck	IKHP	Växjö	Sisu	Alingsås	Möndal	Tjalve
Höjd	Alingsås	Sisu	Växjö	IKHP	Tjalve	Möndal
Stav	Växjö	Tjalve	Möndal	Sisu	Alingsås	IKHP
Längd	Möndal	Alingsås	IKHP	Tjalve	Växjö	Sisu
Tresteg	Sisu	Möndal	Tjalve	Växjö	IKHP	Alingsås
Kula	IKHP	Växjö	Sisu	Alingsås	Möndal	Tjalve
Diskus	Växjö	Tjalve	Möndal	Sisu	Alingsås	IKHP
Slägga	Tjalve	IKHP	Alingsås	Möndal	Sisu	Växjö
Spjut	Möndal	Alingsås	IKHP	Tjalve	Växjö	Sisu
4 x 100 m	Alingsås	Sisu	Växjö	IKHP	Tjalve	Möndal

### Kvinnor

Gren	Bana 1	Bana 2	Bana 3	Bana 4	Bana 5	Bana 6
100 m	Eslöv	Gefle	Lund	Helsingborg	IKHP	Möndal
200 m	Möndal	Eslöv	Helsingborg	IKHP	Lund	Gefle
400 m	Helsingborg	Lund	Gefle	Eslöv	Möndal	IKHP
800 m	Gefle	Möndal	IKHP	Lund	Helsingborg	Eslöv
1500 m	Lund	IKHP	Möndal	Gefle	Eslöv	Helsingborg
5000 m	Helsingborg	Lund	Gefle	Eslöv	Möndal	IKHP
Hinder	Möndal	Eslöv	Helsingborg	IKHP	Lund	Gefle
Kort häck	IKHP	Helsingborg	Eslöv	Möndal	Gefle	Lund
Lång häck	Lund	IKHP	Möndal	Gefle	Eslöv	Helsingborg
Höjd	Gefle	Möndal	IKHP	Lund	Helsingborg	Eslöv
Stav	IKHP	Helsingborg	Eslöv	Möndal	Gefle	Lund
Längd	Eslöv	Gefle	Lund	Helsingborg	IKHP	Möndal
Tresteg	Möndal	Eslöv	Helsingborg	IKHP	Lund	Gefle
Kula	Lund	IKHP	Möndal	Gefle	Eslöv	Helsingborg
Diskus	IKHP	Helsingborg	Eslöv	Möndal	Gefle	Lund
Slägga	Helsingborg	Lund	Gefle	Eslöv	Möndal	IKHP
Spjut	Eslöv	Gefle	Lund	Helsingborg	IKHP	Möndal
4 x 100 m	Gefle	Möndal	IKHP	Lund	Helsingborg	Eslöv