

TÄVLINGS-PM

JSM22-USM16-17 - Sollentunavallen 31 juli - 2 augusti 2026

**Observera att all avprickning sker
senast två timmar före grenens
starttid, digitalt i EasyRecord**

Turebergs Friidrottsklubb hälsar alla hjärtligt välkomna till Sollentunavallen
Information om tävlingen finns på <https://www.friidrott.se/svenska-masterskap/jsm-22-ar-usm-16-17-ar>

TÄVLINGSARENA Sollentunavallen, Strandvägen 73, 191 35 Sollentuna

TÄVLINGSDATUM Fredag 31 juli, lördag 1 augusti samt söndag 2 augusti 2026.

PARKERING på parkeringsplatsen ovanför Sollentunavallen (infart från Sollentunavägen). Undvik att blockera infarten till fastigheterna på Arenavägen. Fri parkering lördag-söndag i Sollentuna Centrum. Parkering finns även vid Sollentuna Simhall.

TIDSPROGRAM finns i Easyrecord samt på tävlingens webb-plats (länk ovan)

AVPRICKNING 120 minuter före grenstart. Digital avprickning i Easyrecord. I Tresteg ange planka 9m/11m/13m redan vid avprickning i Easyrecord, se rubrik Tresteg.
I långa kast ange höger eller vänsterkastare redan vid avprickning i Easyrecord.

NUMMERLAPPAR hämtas inne i friidrottshallen. Ett kuvert per förening. Samma nummerlapp används i alla grenar under tävlingens alla dagar. Reklamen får ej vikas bort.
Gångare ska bära nummerlapp på både bröst och rygg.

REDSKAPSKONTROLL AV EGNA KASTREDSKAP sker i friidrottshallen senast 90 minuter före grenstart. Arrangören har tävlingsgodkända kastredskap i alla grenar. I kastgrenar får tävlande lämna in högst två personliga redskap för kontroll per gren, vilka vid godkännande märks och blir tillgängliga för användning under tävlingen. Arrangören ersätter ej ev. skador på egna redskap.

UPPROP sker i call room inne i friidrottshallen. Gemensam inmarsch sker direkt efter uppropet. (I löpgrenar ett heat i taget.)

Löpning: 20 minuter före start enligt tidsprogram (även semi och final)
Teknikgrenar: 40 minuter före start enligt tidsprogram
Stavhopp: 70 minuter före start enligt tidsprogram

I call room kontrolleras att varje tävlande har rätt nummerlapp samt bär föreningens tävlingsdräkt. Reklamtryck på tävlingsdräkt får inte vara större/mer iögonenfallande 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.)

SKOKONTROLL 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 kommer att ske i Call room, men också inne på tävlingsarenan om grenledare begär sådan kontroll. Aktiva som av medicinska skäl behöver tävla i skor med iläggssulor som gör att maximalt tillåten sultjocklek överskrids behöver visa upp intyg från behandlande läkare/fysioterapeut i samband med startupprop.

Sedan våren 2026 tillämpas skoreglerna inte för kula, diskus och slägga. I dessa grenar gäller därför inga begränsningar avseende vilka skor som får användas. Skoregler finns också förtydligat på SFIFs webb.
<https://www.friidrott.se/tavling-landslag/tavling/regler-bestammelser/regler/skoregler/>

ANDRA TÄVLINGSBESTÄMMELSER

- Endast tävlande och funktionärer på innerplan.
- Tävlande som önskar lämna tävlingsområdet under pågående tävling för exempelvis toalettbesök meddelar grenledaren för godkännande
- Under pågående tävling är det inte tillåtet att ta med och använda tekniska hjälpmedel för att ge eller ta emot information inne på tävlingsutrymmet. Däremot får tävlande ta del av video/bilder tagna av person utanför tävlingsområdet så länge bildskärmen inte förs in på tävlingsutrymmet. Detta får dock inte störa andra tävlande i egen eller annan gren. Grenledaren har rätt att neka tävlande att av denna orsak lämna tävlingsutrymmet.
- Tävlande ska bära reglementsenlig klubbdräkt.
- Spiklängd: Max 9 mm i löpningar, längd/tresteg och stav; max 12 mm i spjut och höjd.
- Max två ansatsmarkeringar tillåtna i hoppgrenarna; ej krita/färg.
- Ledare, tränare eller ej tävlande aktiva får inte vistas på innerplanen.

EFTERANMÄLAN sker digitalt i Easyrecord, där arrangören har angivit tillgängliga platser. Inga efteranmälningar är möjliga i spjut. Vissa andra grenar kan vara stängda för efteranmälan. Efteranmälan kan göras fram till och med onsdagen 29 juli (kl 17) digitalt. Därefter kan mail skickas till arrangemang@turebergfriidrott.se före grenstart om det finns plats i grenen. Observera att efteranmälningar bara accepteras om det inte leder till en extra omgång eller kval. Avgift för efteranmälan 400 kr per deltagare och gren faktureras respektive klubb i efterhand. Stängda grenar uppdateras kontinuerligt på hemsidan allteftersom ev efteranmälningar kommer in. Efteranmälan på plats via sekretariatet fram till 120 minuter före start. Om en gren är full kan vi ta emot upp till tre reserver. Reservlista finns då i grenen med numrerade reserver. Besked om en reserv fått en plats kan ges när ordinarie avprickningstid gått ut.

ERSÄTTARE vid återbud till final 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 Call room och är direkt synligt på finalens startlista online. Den 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.

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.

Om finalen redan är lottad när en ersättare kallas in gäller följande: I teknikgrenar och i löpgrenar längre än 800 m övertas den strukne deltagarens startposition av ersättaren. I löpgrenar upp till och med 800 m omfördelas banorna så att den strukne deltagarens bana övertas av den bäst rankade deltagaren i närmast lägre seedningsgrupp. Förfarandet upprepas tills det blir en ledig bana i den lägsta seedningsgruppen. Denna bana övertas av ersättaren.

RESULTAT anslås enbart digitalt på www.easyrecord.se

UPPVÄRMNING kan ske på konstgräsplanen (frysror 5 cm under ytan; inga spjutkast eller spikskor tillåtna där), på löparbanorna under tak på Ishallens A-hall eller i Friidrottshallen som ligger i anslutning

till arenan.

Kastuppvärmning kan ske inne i friidrottshallen.

OMBYTE OCH DUSCH finns möjlighet till i Friidrottshallen

LÖPNING Kvalregler för löpning finns på SFIFs hemsida:

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

Om försök eller kval utgår på grund av för få avprickade deltagare går finalen på finaltid.

HOPP OCH KAST

Efter upprop och inmarsch kommer varje aktiv att få TVÅ uppvärmningsförsök på tävlingsarenan i den startordning som gäller i tävlingen.

I finaltävling i kast och längd/tresteg ändras hopp- och kastordning efter de tre första omgångarna, så att den med bäst resultat hoppar/kastar sist i omgång 4-6.

TRESTEG

Trestegsplankor finns med avstånd 11m och 13m. Målad linje på 9m.

HÖJD OCH STAV

HÖJNINGSSCHEMA

M22 Höjd:	175-180-185-189-193-196-199 +2cm
M22 Stav:	400-430-450-470-485-495-505-513 +5cm
K22 Höjd:	148-154-159-164-168-172-175-178 +2cm
K22 Stav:	275-295-315-335-347-359-366-373+5cm
P17 Höjd:	166-172-177-181-185-188-191 +2cm
P17 Stav:	335-355-370-385-400-410-420-427 +5cm
F17 Höjd:	144-149-153-157-160-163 +2cm
F17 Stav:	220-240-260-280-300-316-332-344-356-365-374 +5cm
P16 Höjd:	162-167-172-177-181-185-188-191 +2cm
P16 Stav:	320-335-350-360-370-380-388-396 +5cm
F16 Höjd:	144-148-152-155-158 +2cm
F16 Stav:	220-242-257-267-277-285-293 +5cm

KVALGRÄNSER LÄNGD

Dessa gränser är för direktfinal vid kvalet i längdhopp

Klass Kvalgräns

M22	7,00 m (kvaltävling genomförs vid minst 17 avprickade)
F17	5,20 m (kvaltävling genomförs vid minst 25 avprickade)

Högst tre hopp för alla i kvaltävlingen. Om inte minst 12 aktiva klarar kvalgränsen för final så fyller man på finalfältet så att det blir de 12 bästa från kvalet till finaltävlingen. De aktiva som klarar kvalgränsen i sitt första eller andra försök får inte hoppa mer i kvaltävlingen.

PROTEST ska alltid göras muntligt till grenledare i första hand, alternativt till sekretariatet. Protest kan göras under pågående tävling eller senast 30 minuter efter bekräftat resultat i EasyRecord. Grenledarens beslut (oförändrat eller ändrat) kan överklagas till tävlingsjuryn.

ÖVERKLAGANDE Skriftlig överklagan lämnas till tävlingssekretariat i målhuset senast 30 minuter efter att resultatlistan har anslagits. Avgift för överklagan är 500 kr (kontant eller swish) som betalas tillbaka om överklagan godkänns.

PRISER till de tre bästa delas ut i anslutning till avslutad gren.

SJUKVÅRD på gräsplanen i anslutning till mål.

DOPINGKONTROLL kan förekomma under tävlingen. Tävlingsledare som förbättrar eller tangerar ett svenskt juniorrekord (M/K22) resp. P/F19 ska kontakta Antidoping Sveriges rekordjour (telefon 08-586 260 40) och anmäla sig som tillgänglig för att lämna dopingprov, och sedan invänta besked om dopingkontroll behöver genomföras eller inte.

KIOSKFÖRSÄLJNING OCH LUNCH

Kioskförsäljning under hela tävlingen.

Förbeställd lunch i serveringstält vid arenan

Fredag kl 12.00-14.30

Lördag kl 11.30-14

Söndag kl 11.30-14

RUNNERS STORE kommer att vara på plats för försäljning av skor och utrustning.

INFORMATION: arrangemang@turebergfriidrott.se

Välkommen till JSM-USM på Sollentunavallen!

Huvudsponsor Svenska Friidrottsförbundet



Team partners Svenska Friidrottsförbundet



Folksam

Prioritet Finans

Sundström



folkspel

ATGA