

IUSM 2024

IFK VÄXJÖ, SVENSKA FRIIDROTTSFÖRBUNDET OCH VÄXJÖ KOMMUN HÄLSAR ALLA HJÄRTLIGT VÄLKOMNA TILL VÄXJÖ, TELEKONSULT ARENA OCH USM 15–16 ÅR MED GÅNG 17-22 ÅR I FRIIDROTT INOMHUS 2024.

ALLMÄN INFORMATION

TÄVLINGSARENA

Telekonsult Arena, Hejaregatan 9, Växjö och för viktkastning i Tipshallen med samma inpassering och adress.

TÄVLINGSDAGAR OCH TÄVLINGSTIDER

Lördag 10.00-18.00. Söndag 09.00-16.00. Starttider för respektive gren framgår av tidsprogrammet.

PARKERING

Finns i anslutning till Telekonsult Arena, närmst är parkeringen norr om Telekonsult Arena, längs med Hejaregatan. **Parkeringen är avgiftsbelagd och de första två timmarna är gratis därefter 5kr/h max 30kr/dygn. Parkeringen betalas via apparna Easypark eller Parkster. Det går även bra att betala med sms.**

ENTRÉ FÖR AKTIVA OCH LEDARE

All inpassering till arenan för aktiva och ledare sker genom den västra ingången (markerad med röd cirkel på bilden). Ingen ackreditering behövs.



PUBLIKENTRÉ

Via den östra ingången, mot Fortnox Arena, inga biljetter krävs.

NUMMERLAPPAR

Alla nummerlappar ligger i föreningskuvert. Dessa kuvert innehåller även matbiljetter som förbeställts. Kuverten hämtas ut föreningsvis vid entrén för aktiva och ledare. Följande tider kan ni hämta ut era föreningskuvert vid aktiva entrén: lördag 08.30-13.30, söndag 07.30-11.00. Därefter hämtas nummerlapparna i kiosken. Nummerlappen ska fästas på tävlingströjan i brösthöjd. I höjd och stav alternativt på ryggen. Reklamtexten får inte vikas in.

EFTERANMÄLAN

Endast i mån av plats, fram tills avprickningstiden för aktuell gren löper ut. Tävlingsledningen har rätt att avgöra vilka efteranmälningar som kan accepteras. Efteranmälan som medför ytterligare tävlingsomgång kan inte tillåtas. Tävlingsledningen kan erbjuda att sätta upp sig på väntelista och tillåtas starta om vakans uppstår. Efteranmälan via easyrecord.se fram till och med avprickningen löper ut för grenen. Även anmälan till de grenar som är stängda görs via easyrecord, där väljer du att anmäla dig som reserv. För att få veta om man erbjuds plats vänder man sig till sekretariatet direkt efter att avprickningstiden löpt ut. Avgiften är 400 kr per grenstart och faktureras klubben i efterhand.

Följande grenar är stängda för efteranmälan, vill du sätta upp dig på reservlistan gör du det här: easyrecord.se.

- K22 3000 m gång
- M22 5000 m gång
- P17 3000 m gång



ENKLARE MAT OCH KIOSKER

Enligt inbjudan fanns det chans att förbeställa lunch (lasagne/pastasallad). Dessa matbiljetter ligger i nummerlappskuvertet. I Telekonsult Arena finns det en kiosk. Utbudet i kiosken består av lasagne, pastasallad, hamburgare och korv, frallor och baguetter, dricka, fika och godis med mera. Lasagnen serveras kl. 11.30-14.00.

LÄKTARE

Vi uppmanar alla att inte ställa sina väskor på läktaren så det finns plats för publik att sitta och titta på tävlingarna. Om man ändå lämnar sin väska på läktaren får man räkna med att den kan flyttas till förmån för de som vill titta på tävlingarna. Det kommer finnas utrymme för att lämna väskor (obevakat) vid publikentrén.

OMKLÄDNING

Det finns två omklädningsrum i Telekonsultarena. Ett för kvinnor och ett för män.

SJUKVÅRDSPERSONAL

Sjukvårdare kommer att finnas på plats under tävlingarna. De har sin bas vid 60 m målet.

MASSAGEPLATS

De föreningar som har anmält önskemål om att sätta upp massagebänk kommer att erbjudas plats i Telekonsult Arena.

RESULTAT

Alla resultat publiceras live på easyrecord.se.

WEBBSÄNDNING

Tävlingen kommer live-sändas via friidrottskanalen.se.

UNDER TÄVLINGEN

AVPRICKNING

Avprickning sker enbart digitalt på easyrecord.se i alla grenar senast 60 minuter före angiven starttid, förutom stavhopp där gäller senast 90 minuter före starttid. Avprickningen ska ske personligen med namnteckning.

OBS! Tävlingsdeltagare som inte prickar av sig i tid eller som uteblir vid start trots avprickning kan ha förverkat sin rätt till fortsatt deltagande. Detta gäller således även vid utebliven start efter avancemang till semi/final, där ingen avprickning behövs. Återbud i semi- eller final meddelas till sekretariatet.

UPPROP

Obligatoriskt upprop vid "yttre stavhoppet" i Telekonsult Arena. Kontroll sker så att alla deltagare är på plats och har rätt nummerlapp. Kontroll kan även ske av medhavd väska, tävlingsdräkt, samt tävlingsskor. Upprop för viktkastningen sker i Tipshallens A-hall, i hörnet direkt till vänster när du kommer in i Tipshallens A-hall.

Samlingstider för upprop för respektive grengrupp/gren.

- Löpningar/gång 20 minuter innan start.
- Teknikgrenar förutom stav 40 minuter innan start.
- Stavhopp 70 minuter innan start.

Stavar tas in och ut från innerplan i samråd med tävlingsfunktionär.



INMARSCH

Gemensam inmarsch under grenledarens/löpningsledarens ledning snarast efter att upprop är klart. I löpgrenar/gång ca 10 min före grenstart, i stavhopp ca 60 min före grenstart och i övriga teknikgrenar ca 30 min före grenstart.

HEATINDELNING, BANTILLDELNING SAMT POOLINDELNING

Heatindelning, bantilldelning samt poolindelning hittar ni i startlistan efter avprickningen på easyrecord.se.

EGNA UTRUSTNING/REDSKAP

Egna redskap i kula/vikt skall lämnas för invägning/mätning senast 90 minuter före grenstart. Redskapen lämnas vid anvisad plats vid kastväggen till höger om utgången till Sprinthallen. De invägda redskapen hämtas ut på samma ställe efter avslutad tävling.

Högsta tillåtna spiklängd är 7 mm förutom i höjd där man får ha 9 mm.

UPPVÄRMNINGSARENA

All uppvärmning sker utomhus eller i Sprinthallen som har 8 tartanbanor och är ca 100 m lång. Sprinthallen ligger i anslutning till Telekonsult Arena och du når den genom en inomhuspassage.

SKOGREGEL

Varje aktiv är ansvarig att använda skor som är godkända för tävling, detta betyder att skomodellen måste finnas med i den senaste versionen av World Athletics Approved Shoe List och skosulan får inte vara högre än 25 mm (för 800 m, 1500 m, 3000 m och tresteg) eller 20 mm (övriga grenar).

Iläggsulor eller hällilägg är tillåtna vid medicinska skäl. Om sådant ilägg gör att sulan överskrider gränsvärdena för tillåten tjocklek måste de medicinska skälen kunna styrkas med intyg från läkare eller fysioterapeut som den tävlande ska visa upp för aktuell grenledare och/eller skokontrollfunktionär vid upprop.

LINE UP

De tävlande ombeds ställa upp för en presentation vid löpfinaler. I längd, tresteg, kula och vikt görs en presentation inför de tre sista omgångarna av de som går till final. I stavhopp och höjdhopp presenteras ca 8 aktiva med bästa SB.

PRISUTDELNINGAR

För de tre främsta i varje gren kommer prisutdelningen att genomföras direkt efter avslutad final. Prispallen är placerad på innerplan framför läktaren. Prisutdelningen för viktkastning sker i Tipshallen efter avslutad tävling.

UTMARSCH

Utpassering från innerplan sker i gemensam trupp direkt efter avslutad gren/prisutdelning. För de som efter tre omgångar ej har gått vidare till finalomgångarna i kast och horisontella hopp sker utmarsch gemensamt. Vid vertikala hopp sker utmarsch i samråd med grenledaren.

TÄVLINGSBESTÄMMELSER

PROTEST

Under pågående tävling ska göras muntligen till grenledaren. Protest kan lämnas av tävlande eller annan person på den tävlandes uppdrag. Om grenen är avslutad kan protest lämnas till grenledaren via sekretariatet, senast 30 minuter efter kungjort resultat. Överklagande av en grenledares beslut med anledning av en protest inlämnas skriftligt till sekretariatet (upp för spiraltrappan) senast 30 minuter efter kungjort (ev. ändrat) resultat tillsammans med en



deposition på 400 kronor. Depositionen återbetalas om överklagandet godkänns av juryn. Juryn behandlar överklagandet och meddelar beslut så snabbt som möjligt. Juryn består av ordförande **Kjell Ahnstedt, Mia Jansson och Håkan Widlund.**

ALLMÄNT

Reglementsens tävlingsdräkt skall bäras. Observera att gällande regler för storlek på reklam på tävlingsdräkt gäller både på överdel och på underdel. Det är inte tillåtet att använda mobiltelefon, videokamera eller laptop inom tävlingsområdet. Inga ledare, tränare eller motsvarande samt icke-ackrediterade fotografer får vara på innerplan. Tävlingsområdet är rundbanan och området innanför. Vid viktkastning är tävlingsområdet markerat. Ingen annan gren kommer att avgöras utanför rundbanan.

FINALER

Alla finaler avgörs alltid på utsatt finaltid.

LÖPNING

SFIF:s representant ansvarar för mästerskapets heatindelning och banlottning. Aktuella heatindelningar/banlottningar anslås på easyrecord.se. Regler för antal heat och vidare avancemang [hittar du här](#). Notera att Telekonsult Arena har 8 banor på 60 meter och 6 på rundbanan.

Banorna i Telekonsult Arena är rankade enligt följande: 200 m 6-5-4-3-2-1 och 400 m 5-6-4-3-2-1.

HÖJD

F16 höjd: 146-152-156-160-163-166 +2

F15 höjd: 139-145-149-153-156-159 +2

P16 höjd: 163-169-175-181-185-189 +2

P15 höjd: 151-156-161-166-171-174-177 +2

Ansatsmarkeringar finns att låna. Observera att det är förbjudet med markeringar på banan med exempelvis färg/krita/magnesium. Max två markeringar per tävlande är tillåtet.

STAV

F16 stav: 254-271-288-301-314-323-332 +5

F15 stav: 237-255-273-285-297-305-313-321 +5

P16 stav: 307-327-347-362-377-392-402-412 +5

P15 stav: 254-274-294-314-334-349-364-375-386-393-400 +5

Ansatsmarkeringar finns att låna. Observera att det är förbjudet med markeringar på banan med exempelvis färg/krita/magnesium. Max två markeringar per tävlande är tillåtet. Stavpluggar av svart gummi är ej tillåtna. Endast stavpluggar av plast är tillåtna. Stavpluggar finns att köpa i Telekonsult Arena.

LÄNGD

F15, P15 och P16 kommer delas in i två parallella pooler. Poolerna i F15 och P15 delas upp utifrån de årsbästan som finns registrerade på friidrottsstatistik.se.

- För F15 gäller att om du har ett årsbästa på 4.80 meter eller längre, hoppar du i Pool A (Grop 2), där även finalhoppningen genomförs. Annars hamnar du i Pool B.
- För P15 gäller att om du har ett årsbästa på 5.70 meter eller längre, hoppar du i Pool A (Grop 2), där även finalhoppningen genomförs. Annars hamnar du i Pool B.



- För P16 kommer uppdelningen ske först efter avprickningen. Se poolindelningen i startlistan på easyrecord.se efter att avprickningstiden passerat. Pool A hoppar i Grop 1 och Pool B i Grop 2.

Ansatsmarkeringar finns att låna. Observera att det är förbjudet med markeringar på banan med exempelvis färg/krita/magnesium. Max två markeringar per tävlande är tillåtet. Hoppordningen ändras efter tre omgångar så att ledaren hoppar sist, tvåan näst sist osv.

TRESTEG

För tresteg ligger plankorna på olika avstånd beroende på vilken grop du hamnar i.

För de som hoppar i Grop 1 finns följande plankor att välja på: 7 meter - målad plank, 9.30 meter – vanlig plank.

För de som hoppar i Grop 2 finns följande plankor att välja på: 7 och 9 meter - målad plank, 11 och 13 meter – vanlig plank.

- F15 här gäller att om du vid avprickningen väljer att hoppa från plankan på 7 meter hamnar du i Pool B (Grop 2). Väljer du istället att hopp från plankan på 9.30 m hamnar du i Pool A (Grop 1) där även finalhoppningen genomförs.
- F16 hoppar i Grop 1 där det finns en målad plank på 7 m och vanlig plank på 9.30 m.
- P15 och P16 hoppar i Grop 2 där det finns målade plankor på 7 m och 9 meter, samt vanliga plankor på 11 m och 13 m.

Ansatsmarkeringar finns att låna. Observera att det är förbjudet med markeringar på banan med exempelvis färg/krita/magnesium. Max två markeringar per tävlande är tillåtet. Hoppordningen ändras efter tre omgångar så att ledaren hoppar sist, tvåan näst sist osv.

KULA

I kula genomförs tävlingen med järnkulor. Kastordningen ändras efter tre omgångar så att ledaren stöter sist, tvåan näst sist osv.

VIKTKASTNING

Viktkastning sker i Tipshallen från en portabel ring. Kastordningen ändras efter tre omgångar så att ledaren kastar sist, tvåan näst sist osv.

ÖVRIGT

DOPNINGSKONTROLLER

Ett antal slumpvisa dopingkontroller kan komma att genomföras under mästerskapet.

TEKNISK DELEGAT, HEAT-/POOLINDELARE OCH TÄVLINGSLEDARE

Dessa är utsedda av SFIF: Teknisk Delegat **Ola Josefsson**. Heat-/poolindellare: **Jörgen Alm**. Tävlingsledare är **Martin Joabsson**, IFK Växjö.

FRÅGOR

Kontakta IFK Växjös kansli 0470–16116 eller info@ifkvaxjo.se



ARENAKARTA

