

FAQ Stockholmskampen 2026

Q: Finns det någon max- eller min-gräns för antalet tävlande från ett lag? Ska man alltid komma med 20 deltagare till varje tävling?

A: I Stockholmskampen är alla välkomna att tävla, lagen kan ställa upp med hur få eller hur många deltagare som helst. Varje start ger en **deltagarpoäng** (upp till 5 poäng per lag, gren och klass) och de fem bästa resultaten per lag ger **resultatpoäng** (1-11 poäng per lag). Som lagledare ska man alltså eftersträva att ha minst fem deltagare per gren och klass för att maximera poängen.

Q: Är stafetterna mixade?

A: Ja! Stafetterna avgörs med 5 löpare (5x60m resp 5x200m) och fördelningen av killar/tjejer är helt fri. Det är alltså tillåtet att ställa upp med enkönade lag.

Q: Delas det ut medaljer i Stockholmskampen?

A: Alla deltagare som deltar i minst sju individuella grenar under säsongen får en deltagarmedalj i samband med finalen! Det finns 7-kampsmedalj (deltagit i 7-9 grenar) och 10-kampsmedalj (deltagit i minst 10 grenar). De tre bästa lagen i varje klass (12 år respektive 13 år) får lagpris i form av pokaler.

Q: Har det säkerställts att alla arenor har de faciliteter som krävs för att genomföra deltävlingarna?

A: Det har gjorts som en del av planeringen. Enda undantaget är diskus/slägg. Eftersom två av lagen har hemmaarenor där det saknas kastbur kommer ett antal lag att behöva göra diskus eller slägga på egen hand (före eller efter tävlingen) och se till att resultaten läggs in i Easyrecord. Med Stockholmskampens höga deltagarantal är det nödvändigt att ha en "kastbursgren" på varje deltävling.

Q: Hur genomförs 800m hinder?

A: Start sker på evolventbåge för 800m (ej individuella banor). Hinderbockar placeras på samma markeringar som används för 3000m hinder men hindret i första kurvan (cirka 10 meter efter startlinjen) ställs ut först efter att löparna passerat en gång, annars kommer det för tätt in på starten. Vattenhindret är fyllt med vatten men det finns ingen hinderbock vid vattenhindret. Löparna passerar alltså totalt 7 hinderbockar och 2 vattenhinder (utan hinderbock).

Q: Vilka hinderbockar används i hinderlöpningen?

A: Det finns specialbyggda hinderbockar som används för Stockholmskampen (cirka 60 centimeter höga). De specialbyggda hindren finns på ett antal arenor (såvitt känt Björknäs, Enskede, Hässelby, Sollentuna, Sättra och Tibble). Om 800m hinder ska genomföras på andra arenor rekommenderas att bockar lånas.

Q: Hur många funktionärer behöver man i de olika grenarna för de tre deltävlingarna och finalen?

A: För deltävlingarna delas med fördel grenansvaren upp mellan de deltagande lagen. Hemmaklubben ansvarar för att planera och kommunicera detta. Man får räkna med att vara ansvarig för ca 2-3 grenar, beroende på antal lag på plats och antal grenar just det tillfället. I

varje gren ska man bistå med grenledare samt övriga funktionärer, ca 3-5 stycken beroende på gren. Utöver behöver man vid behov kunna bidra med en central kompetens, till exempel funktionär till sekretariatet eller sjukvårdsansvarig.

Till finalen fördelas grenansvaren och centrala funktionärs funktioner mellan alla deltagande lag. Räkna med att vara ansvarig för ca 1-2 grenar inklusive grenledare och funktionärer, samt 2-3 funktionärer till de centrala funktionerna.

Q: Kostar det något att delta i Stockholmskampens utbildningar?

A: Nej, utbildningarna finansieras av den deltagaravgift (7000 kronor) som lagen betalar för att vara med i Stockholmskampen.

Q: Finns det någon gräns för de kostnader som ersätts från Stockholmskampens centrala budget?

A: Den centrala ekonomin ersätter kostnader som arenahyra, hyra av viss utrustning (t ex eltid), ersättning till nyckelfunktioner (t ex starter) med mera. Kostnaderna ska kommuniceras till ekonomiansvarig och godkännas innan respektive deltävling. Om det finns frågor kring vad som ersätts och vad som är rimlig kostnadsnivå, kontakta ekonomiansvarig Kathrin Larsson.