

# Prel. PM Götalandsmästerskapen 16-17/3 2019



På uppdrag av Götalandsregionen så har IFK Växjö glädjen att hälsa er välkomna till den största tävlingen för våra 13-14-åringar, nämligen Götalandsmästerskapen. Tävlingen går i Telekonsult Arena, som ligger på Arenastaden, med infart från Hejaregatan. Ingång i Telekonsult Arena's östra sida, närmst Fortnox Arena.



**Götalandsregionen  
i FRI-IDROTT**

Parkering: Parkering inne på Arenastaden är ej tillåten, och man riskerar parkeringsböter. Det finns parkeringar längs Hejaregatan.

Omklädning: Finns i Telekonsult Arena.

Uppvärmning: I Tipshallens Sprinthall som du når via en inomhuspassage från Telekonsult Arena.

Läktare: Längs upploppet finns 1050 sittplatser. Vi uppmanar alla att INTE ta med väskor upp på läktaren, så får flera få plats. Vi kommer att fördela sektioner för de olika distrikten.

Nummerlappar:  
Hämtas distriktsvis vid informationsdisken bredvid kiosken. Ska bäras synligt på bröstet (stav ryggen). Reklam får inte vikas in.

Lagledarsamling:  
Ett kort möte på kansliet innanför kiosken kl. 12:15 på lördagen. Varje distrikt har med en representant.

Invigning: En kort invigning, inmarsch sker kl. 12:40 på lördagen. Samling distriktsvis utanför omklädningsrummen för alla aktiva som vill och kan delta.

Efteranmälan: Endast möjlig att göra av ansvarig distriktsledare. Går bra att göra där detta inte innebär extra omgång i löpgrenarna. Efteranmälan går att göra fram till tävlingsstart respektive dag vid sekretariatet (upp för spiraltrappan), dock senast 60 min (stav 90min) innan grenstart. Efteranmälningsavgiften är 200kr för individuell start.

Avprickning: I samtliga grenar 60min före. I stav 90 minuter innan. Avprickningslistor finns i passagen till Sprinthallen. Ingen ny avprickning inför semi/final i löpning. Eventuellt återbud till semi/final meddelas sekretariatet.

Upprop: I samtliga grenar kommer upprop att ske inne i Telekonsult Arena, vid det yttre stavgöppet. Uppropet ska ses som det enda tillåtna sättet att komma in på tävlingsområdet. Den som vid utsatt uppropstid redan befinner sig tävlandes i en annan gren, ska därför ge en någon annan i uppgift att meddela vid uppropet.

Löpning - 15 minuter innan utsatt starttid  
Teknikgrenar förutom stavhopp – 30 minuter innan  
Stavhopp – 50 minuter innan

Efter upprop sker gemensam inmarsch.

Innerplan: Är endast till för de som för tillfället tävlar och funktionärer. Övriga håller sig utanför avspärrningen. Det går bra att komma runt hela rundbanan.

Grenregler:

- 60m/60mh – vidarekvalificering enligt följande:

Antal startande	Antal försöksheat	Vidare på placering	Vidare på tid	Antal semi	Vidare på placering	Vidare på tid
9-16	2	2	4	utgår		
17-24	3	2	2	utgår		
25-32	4	3	4	2	3	2
33-40	5	2	6	2	3	2
41-48	6	3	6	3	2	2

- 200m – avgörs i seedande finaler, där tiderna avgör. Avgörs i omvänd ordning enligt seedning, där A-finalen går sist. 200m kommer att seedas efter angivna bästaresultat. Banorna seedas i ordning: 4-3-5-6-2-1.

- 800m/1000m. Max 12 löpare i varje försöksheat. Segrare + bästa tiderna till final. 12 löpare i final.
- Löpfinaler. Utgår försök eller semi avgörs ändå final på finaltid i alla löpningar. Utgår semi så avgörs försök på försökstid.
- Stafett. Laguppställning till sekretariatet (ovanför spiraltrappan) senast kl. 13 på söndagen. 2 deltagare från varje åldersklass F13, F14, P13, P14

- Höjd/stav – höjningsschema tills en återstår

Höjd	F13	126	132	137	142	146	150	154	157	160	162	+2cm	
Höjd	F14	128	134	139	144	148	152	156	159	162	165	+2cm	
Höjd	P13	126	132	138	143	147	151	155	159	162	165	168	+3cm
Höjd	P14	130	136	141	146	150	154	158	162	166	169	172	+3cm
Stav	F13	171	181	+10cm									
Stav	F14	201	211	+10cm									
Stav	P13	181	191	+10cm									
Stav	P14	213	223	+10cm									

- Höjd 1 närmst kiosken, höjd 2 närmst kulan. Önskas lägre ingångshöjd i höjd/stav – ange detta på avprickningen.  
Höjd F14/F13 avgörs i två seedade pooler, och det är viktigt att ange säsongsbästa vid avprickningen.
- Stavhopp. Vanliga svarta gummipluggar ger märken i banan, och endast vita (eller orange) plastplugg tillåts. Vita pluggar finns till försäljning hos Betex Sport. Stav avgörs innanför rundbanan.
- Längd/tresteg – Inleds med att alla har tre hopp. De åtta främsta har ytterligare tre försök.  
I F13 och F14 längd avgörs tävlingen i två parallella pooler. Dessa seedas efter angivna säsongsbästa. Ange detta på avprickningen, om det inte redan är gjort.  
Finalomgångarna på samma grop. De som får byta grop till finalhoppningen får möjlighet att mäta in ansatsen på nytt. Längd 1 närmst läktaren, längd 2/tresteg närmst sprintbanan.
- Tresteg avgörs med målad plank/zon på 7 och 9 meter. Ange önskad plank/zon vid avprickningen. Önskas kortare avstånd – ange detta vid avprickningen.
- Kula – Avgörs med ordinarie regler, med utomhuskula/järnkula. Alla har 3 stötar, och de åtta främsta har ytterligare 3 stötar.
- Allmänt – Tidsprogrammet är lagt för att möjliggöra olika grenval. Där det blir kollisioner med 60m/60m häck kommer teknikgrenarna att göra ett kortare uppehåll till löpningen är avklarad (om det är några som dubblerar). Då återupptas teknikgrenen. Vid 800m/1000m kommer teknikgrenarna INTE att göra uppehåll.

Prisutdelning: Pris till de 6 främsta. Speaker kallar till prisutdelning snarast efter avslutad gren.

Poäng distriktsmatchen:

De sex främsta i samtliga grenar samt stafett erhåller poäng 6-5-4-3-2-1 poäng. Varje distrikt får tillgodoräkna sig som mest de två främsta i varje gren.

Protest:

Vid protest mot domslut ska först en muntlig anmälan göras direkt till ansvarig grenledare. Protesten kan lämnas av den tävlande, eller annan som företräder honom/henne. En påföljande skriftlig protest ska lämnas senast 30 minuter efter att resultatet kungjorts. Avgift för den skriftliga protesten är 300kr. Summan återfås om protesten går igenom.

Tävlingsjury:

Utsetts på lagledarträffen. Juryn ska bestå av en från arrangören, samt två andra.

**Mat:** I byggnaden finns Restaurang Tipshallen öppet följande tider. Matbiljetter för de som förbokat hämtas distriktsvis vid info bredvid kiosken. Distrikten kan korrigera beställt antal fram till torsdag 14/3 kl. 11:00. Mattiderna är lite preliminära, och kan korrigeras något. Detta meddelas i så fall distrikten.

Lördag lunch kl. 11:30-15:00 blå biljett  
Lördag middag kl. 17:00-19:30 blå biljett  
Söndag frukost kl. 07:30-09:30 gul biljett  
Söndag lunch kl. 11:00-14:30 blå biljett

Kiosken i Telekonsult Arena kommer att erbjuda korv, hamburgare, pastasallad, kaffe, läsk, choklad m.m. Betalning är möjlig med kort, swish och kontant.

**Resultat:** Sätts upp vid "kastväggen". Tävligen med web-TV går att följa på [www.ifkvaxjo.se](http://www.ifkvaxjo.se)

**Boende:** För de som bokat, hårt underlag i Telekonsult Arena. För boende gäller:

- Varje distrikt anger senast 10/3 antal, samt ansvarig ledare (mobil/epost).
- Vid lagledarsamlingen så lämnas mera information om tider m.m.
- Utstädat kl. 08:00 på söndagen.

**Kvällsaktivitet:** Kommer att ske i Telekonsult Arena efter tävlingen, där även kiosken är öppen. Efter kl. 22. endast för de som förbokat boende.

The logo for 'betex sport' features the word 'betex' in a dark blue, sans-serif font, with 'sport' in a yellow, sans-serif font directly below it.

**Kontrollant:** Gert-Åke Ivarsson från Götalandsregionen (lördag).

**Betex Sport** kommer att finnas på plats för försäljning av spikskor, specialskor, redskap m.m.

**Frågor:** IFK Växjös kansli 0470-16116 eller [info@ifkvaxjo.se](mailto:info@ifkvaxjo.se)

Välkomna!