



HÄSSELBY SK



Turebergs  
FRIIDROTTSKLUBB



Stockholmskampen



i friidrott 12–13 år 2019

## Inbjudan/PM

Tävlingen består av fyra deltävlingar och totalt 12–13 individuella grenar samt 3–4 stafetter. Tillslut koras en segrande förening i lagtävlingen i respektive åldersklass. Under de tre första deltävlingarna kommer tävlingen genomföras uppdelad i en söder-respektive norrgrupp, medan i fjärde deltävlingen delas lagen in efter placering efter de tre första deltävlingarna. Vi hoppas att alla aktiva vill delta i så många grenar som möjligt och på så sätt samla poäng till laget, samtidigt som man samlar ihop till en individuell sju- eller tiokamps-medalj.

**Åldrar:** 12–13 år (födda 06–07)

**Norrgruppen består av:** Bromma, Danderyd, Hässelby, Lidingö, Tureberg och Täby

**Deltävling 1:**

- Söndag 7 april – Sollentuna Friidrottshall, arrangörer är Turebergs FK & Täby IS Friidrott, första start 09.30, preliminärt slut 15:30.  
Grenar: - FP12 60mh, höjd, längd, kula, 5x200m  
- FP13 60mh, stav, längd, kula, 5x200m

Anmälan direkt i Turebergs anmälningssystem via Friidrottsanmälan senast 30 mars.

Länk till [Friidrottsanmälan](#).

**Antal deltagare per gren:** Fritt, men minst fem för fullt antal deltagarpoäng

**Efteranmälan:** Bör försöka undvikas för att tidsprogram ska kunna hållas. Men går att göra fram till 60 min innan grenstart.

**Avprickning:** Aktiva ska pricka av sig senast 60 min innan grenstart, detta sker nere i entrén i Sollentuna Friidrottshall. Den aktive måste pricka av sig för att få tävla.

**Deltagarpoäng:** 1 poäng per deltagare upp till fem deltagare delas ut i varje gren. Gäller även i stafett. (alltså max 5p för flickor och 5p för pojkar i varje gren).

**Resultatpoäng:** Räknas sammanlagt på norr- och södertävlingarna. Poängen delas ut så att vinnande klubb i varje gren får så många poäng som antalet deltagande klubbar.

Exempel: Vid tolv deltagande klubbar får bästa klubb 12p, tvåan 11p osv. Högst resultatpoäng får det lag som har högst sammanlagd placeringspoäng. Placeringspoäng utdelas till de fem högst placerade deltagarna från respektive klubb.

Exempel: Vid tolv deltagande klubbar får 1:an i varje gren 60 placeringspoäng, 2:an får 59p osv.

Ett lag som har fem deltagare och vinner grenen får alltså 17p, medan ett lag som har fem deltagare och kommer sist får 6p. Ett lag som inte har någon deltagare i en gren får 0p i grenen. Poängen från de fyra deltävlingarna kommer läggas ihop till en sammanlagd slutpoäng.



# Grenregler:

## **Representationsbestämmelser:**

Klasserna är åldersbundna. Tjejer respektive killar kan INTE tävla i varandras klasser, inklusive stafettlag. OBS! I stafett kan man dock ställa upp utom tävlan med ett mixedlag där man antingen kan mixa ålder, kön eller klubbar och då få deltagarpoäng för de som tillhör rätt klass och klubb. Om man har fyra 13-årsskillar kan man t ex låna in en tjej och få fyra deltagarpoäng, men inga resultatpoäng. Ange tydligt vid anmälan av lag om det är ett lag "utom tävlan".

## **Löpning:**

I alla individuella löpgrenar gäller max 1 lopp per person (inga finaler).

## **60mh:**

Häckhöjd 68,6 cm för F12 + F13

Häckhöjd 76,2 cm för P12 + P13

## **Stafett:**

Varje lag får ställa upp med flera stafettlag i varje åldersklass. I den mån det behövs för att alla i laget ska kunna springa stafett är det tillåtet för löpare att delta i två lag. Samma stafettlag får däremot INTE springa två gånger. Se även under representationsbestämmelser.

## **Längd:**

Hoppzon, 3 hopp – alla får ett inhopp.

## **Höjd:**

3 försök per höjd. Strikt höjningsschema 4 cm hela vägen där ensam kvarvarande hoppare INTE får välja höjd utanför höjningsschemat. Lägsta ingångshöjd: 0.96m

## **Stav:**

3 försök per höjd. Strikt höjningsschema 15 cm hela vägen där ensam kvarvarande hoppare INTE får välja höjd utanför höjningsschemat. Lägsta ingångshöjd stav 100 cm.

I staven delas gruppen upp i två pooler. Där ena poolen är anpassad för nybörjare i stavhopp och andra poolen för de som är tävlingsvana i stavhopp. Var mycket noggranna med att skriva in rätt ingångshöjd och personbästa. Vid utebliven ingångshöjd och personbästa hamnar barnen i poolen för nybörjare i stavhopp. Vid Stockholmskampen tillåts att man får hålla i staven när man landat i mattan. Varje förening tar med egna stavar.

3 försök per höjd.

## **Kula:**

3 försök – alla får en instöt.

2 kg för F12-13 och 3 kg för P12-13

## **Övrigt:**

Arrangören ser till att det finns nummerlappar till alla deltagare och säkerhetsnålar.

Preliminära resultat ska omgående anslås. Korrigerade resultat skickas ut i efterhand.