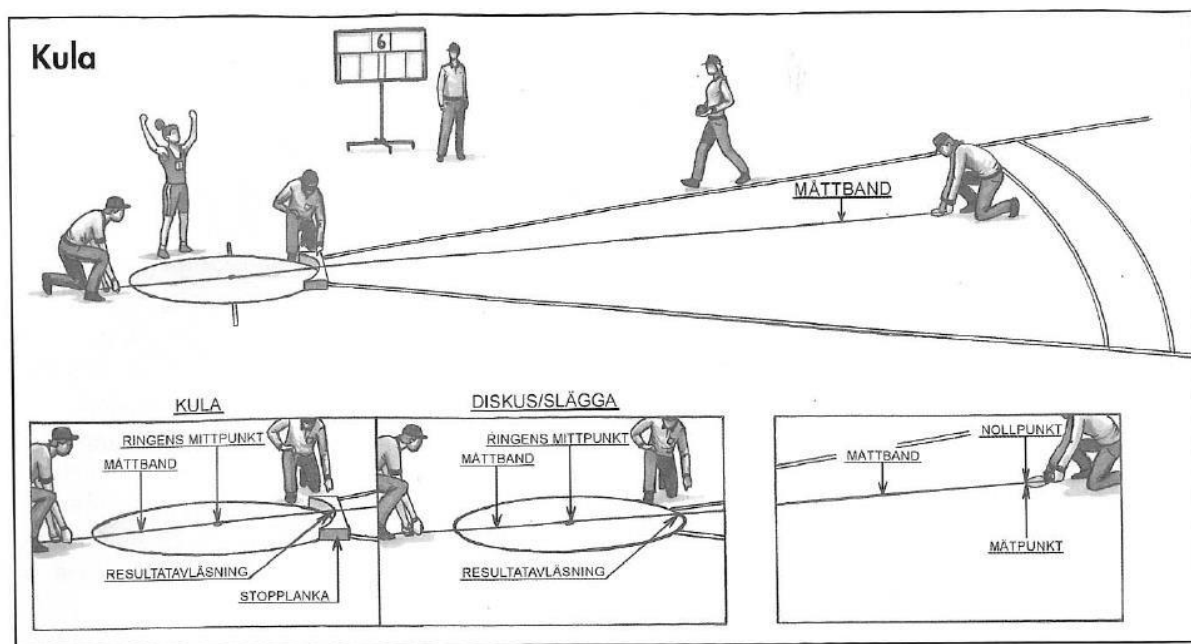


## Diskus, funktionärsinformation

**Upprop:** 15 min innan start

**Antal kast:** Se PM, oftast 3 + 3 eller 4

**Mätning:** Mätpunkten är den punkt på nedslagsmärket i kastsektorn som befinner sig närmast kastringen. Måttbandet skall läggas från mätpunkten igenom kastringens mittpunkt. Längden mäts från mätpunkten till kastringens innerkant.



### Diskusvikter:

Klass	Vikt	Klass	Vikt
P13	0,6 kg	F13	0,6 kg
P15	1 kg	F15	0,75 kg
P 17	1,5 kg	F17	1 kg
P19	1,75 kg	F19	1 kg
M, M22	2 kg	K, K22	1 kg

### Protokoll:

Grenledarens ansvarar för att protokoll hämtas i sekretariatet innan upprop senast 15 min före start.

Alla kast markeras med:

Giltigt kast = Skriv resultatet (t.ex. 22,67)

Ogiltigt kast = ( X )

Ej kast = ( - )

Skriv in starttid och sluttid i protokollet.

Efter avslutad tävling skall det bästa resultatet för varje deltagare föras in i kolumnen längst till höger och de tre bästa resultaten ringas in. Fyll i placeringen på alla deltagare (framförallt 1-3) i kolumnen för det. Om två personer har samma resultat, tittar man osv.

Protokollet skall undertecknas av grenledare och sekreterare och lämnas upp till speakern för prisutdelning.

## Kastordning

Följ den ordningen som står i protokollet, den som är överst på första sidan kastar först.

Om en deltagare håller på med annan gren och inte finns på plats när han/hon ropas upp ska vederbörande ges möjlighet att kasta sist i omgången. OBS! Gäller endast inom pågående omgång.

## Ogiltiga kast

Ett kast är ogiltigt om den tävlande

- Enligt grenledarens bedömning tar oskälig lång tid för att förbereda sitt försök. Om tidvisare saknas skall domaren på lämpligt sätt indikera "15 sekunder kvar" för den tävlande (ex. höja en gulflagga).
- Räknet från det ögonblick den tävlande genom upprop, signal eller motsvarande uppmärksammas på att allt är klart måste försöket normalt påbörjas inom 30 sekunder.
- I händelse av två försök i följd av samma tävlande utsträcks tiden till *2 minuter*.
- Om tävlingen endast har 2 - 3 tävlande utsträcks tiden efter första försöket till 1 minut.
- Inte börjar försöket från stillastående position i ringen.
- Med någon del av kropp vidrör mark utanför ring, överkant på yttering, efter det han/hon har gått in i ring och påbörjat försök. Tävlade får dock vidröra mark samt yttering i början av rotation utan att trycka ifrån kant/mark. Det ska även ske bakom de vita linjerna som markerar ringens förlängda diameter.
- Gjort kast så, att diskus vid landning vidrör sektorsgräns eller mark därutanför.
- Lämnar ring innan redskap har landat. Dock får deltagare avbryta försök om redskapet ännu inte lämnat ringen. Deltagaren kan lämna redskapet i eller i direkt anslutning till ringen och gå ut för att sedan gå in och påbörja kastet igen. OBS tiden startas ej om på nytt.
- Lämnar ring på annat sätt än så, att den första kontakten med ytterings överkant, eller mark utanför ring sker helt bakom de vita linjer som markerar rings förlängda diameter.

För frågor om övriga regler kontakta din grenledare.

## Funktionärsroller

- Grenledare
- Domare (oftast grenledaren)
- Nedslags markör (tittar och markerar vart diskusen landar)
- Sekreterare
- Datainmatare (kan vara sekreteraren vid brist på funktionärer). Datainmatare sköter kommunikation till elektronisk resultattavla om sådan finns.
- Hantering måttband – 2 st personer
- Redskapsbärare – 2-3 st personer

- Hantering av upprop
- Hantering av manuell resultattavla
- Vingjusterare

Om antalet funktionärer är för litet får man kombinera olika roller hos samma person och i värsta fall släppa ex. resultattavlan.

#### **Särskilda förberedelser, diskus (och slägga):**

Runt kastringen som används för diskus och slägga finns en kastbur som är avsedd att fånga upp redskap som annars skulle landa utanför kastsektorn. Om kastburen är försedd med "vingar" ska dessa flyttas beroende på om kastaren är vänster- eller högerhänt. Om en kastare är högerhänt ska vänster vinge vridas in. Om det är slägga kan man vrida in den rätt mycket, tänk på att slägghuvudet befinner sig på en armlängd plus ett släglängdsavstånd från mitten på ringen.



[Turebergs FK](#)



[#turebergsfk](#)