



HAMMARBY
FRIIDROTT



HÄSSELBY SK



Turebergs
FRIIDROTTSKLUBB



Stockholmskampen



i friidrott 12–13 år 2018

Inbjudan/PM

Vi fortsätter succén Stockholmskampen för 12- och 13-åringar i sex av Stockholms större friidrottsklubbar. Tävlingen består av fyra deltävlingar och totalt 12–13 individuella grenar samt 3–4 stafetter. Till slut koras en segrande förening i lagtävlingen i respektive åldersklass. Det kommer att bli fyra roliga tävlingar med många spännande grenar på vägen dit. 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 05–06)

Klubbar: Hammarby, Huddinge, Hässelby, Lidingö, Tureberg och Täby

Deltävling 1:

- Söndag 15 april – Sollentuna Friidrottshall, arrangörer är Turebergs FK & IFK Lidingö, första start 09.00, preliminärt slut 16:00.
Grenar: - FP12 60mh, höjd, längd, kula, 5x200m
- FP13 60mh, stav, längd, kula, 5x200m
Anmälan direkt i Turebergs anmälningssystem via Friidrottsanmälan senast 6 april.
Länk till [Friidrottsanmälan](#).

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

Efteranmälan: Ingen efteranmälan tas emot och tävlingen är fulltecknad.

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

Poängräkning: Poängen får man genom dels deltagarpoäng och dels resultatpoäng.

Deltagarpoäng: 1 poäng per deltagare upp till fem deltagare delas ut i varje gren förutom i stafett som endast har resultatpoäng (alltså max 5p för flickor och 5p för pojkar i varje gren).

Resultatpoäng delas ut så att vinnande klubb i varje gren får 6p, tvåan 5p osv...

Högst resultatpoäng får det lag som har högst sammanlagd placeringspoäng.

1:an i varje gren får 30 placeringspoäng, 2:an får 29p osv...

Placeringspoäng utdelas till de fem högst placerade deltagarna från respektive klubb.

I stafett finns det inga deltagarpoäng men det delas ut dubbla resultatpoäng. Segrande klubb får 12p, tvåan 10p...

Ett lag som har fem deltagare och vinner grenen får alltså 11p, medan ett lag som har tre deltagare och kommer sist får 4p. 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.

Vid lika slutpoäng efter fyra deltävlingar skiljs lagen åt genom antalet deltagare totalt (unika individer per tävling)

Ordningsregler: Sollentuna Friidrottshall ordningsregler gäller även under tävlingar, vilket innebär att mat och dryck inte får förtäras i hallen, utomhusskor måste tas av/sätta på skydd, särskilda spikar får endast användas. Reglerna finns tydligt uppsatta i hallen.

Priser:

Priser delas ut efter deltävling fyra.

Lagpriser: 1:an–3:an vinner en pokal.

Individuella priser: 10-kampspris för deltagande i minst 10 individuella grenar. 7-kampspris för deltagande i 7–9 individuella grenar.

Servering: Serveringen i Sollentuna Friidrottshall är öppen under tävlingen, där finns det att köpa dricka, frukt, snacks, korv, hamburgare med mera.

Parkering: Det är ont om parkeringar utanför Sollentuna Friidrottshall, därför rekommenderar vi er att ställa bilen vid Arenavägen 5 (ovanför Sollentunavallen), längs med Strandvägen på markerade parkeringar eller vid Sollentuna Centrum (gratis parkering under helgen). Endast tävlingskansliet och funktionärer kommer få stå vid hallen.

Funktionärer:

Arrangörsföreningarna står för huvudfunktionärer i form av:

- Starters
- El-tidtagning
- Teknisk ledare
- Dubbla sekretariat + poängräknare
- Grenledare
- Eventuella andra huvudfunktionärer som behövs för cafeteria, prisutdelning mm.

Övrigt:

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

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

OBS!! Alla gästande föreningar ska ställa upp med 8 funktionärer per förening.

Dessa skall föränmälas till arrangören, till match 1 anmäl till ifk@lidingofri.se med namn och telefonnummer till en kontaktperson för resp förening som stöttar funktionärsansvarig på plats vid eventuella luckor i funktionärsschemat.

Grenprogram och preliminärt tidsprogram

Deltävling 1: söndag 15 april i Sollentuna Friidrottshall

Grenar: • FP12 - 60mh, höjd, längd, kula, 5x200m • FP13 - 60mh, stav, längd, kula, 5x200m

Tidsprogram – Preliminärt, slutgiltigt skickas ut måndagen den 9 april

	60mh	5x200m	Höjd A	Höjd B	Stav	Längd A	Längd B	Kula A	Kula B
09:00					F13				
09:30									
			F12						
10:30	P12					P13			
		P12							
11:30	P13							P12	
		P13							
12:30	F12		P12					P13	
		F12				F13			
13:30					P13				
						F12		F13	
14:30									
	F13					P12		F12	
15:30		F13							

Grenregler:

Representationsbestämmelser:

Klasserna är åldersbundna.

Tjejer respektive killar kan INTE tävla i varandras klasser, inklusive stafettlag.

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

200mh:

10 häckar, 20m till första häcken, 17,5m mellan häckarna, 22,5m efter sista häcken till mål.

Häckhöjd 68,6 cm.

Hinder:

Två varv, fyra bockar med höjd 60 cm (3 hinder på det första varvet – det första tas bort)

Vattengrav utan hinderbock på båda varven.

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.

Längd/tresteg:

Hoppzon, 3 hopp – alla får ett in hopp.

Höjd/Stav:

3 försök per höjd.

Strikt höjningsschema där ensam kvarvarande hoppare INTE får välja höjd utanför höjningsschemat.

Höjningsschema i höjd: 4 cm hela vägen. Höjningsschema i stav: 15 cm hela vägen. Ingångshöjd stav 125 cm.

Diskus/Slägga/Spjut:

3 försök, varje kastare gör alla tre försöken direkt efter varandra där det längsta mäts. Alla får ett in kast.

Diskus: alla klasser kastar med 0,6 kg

Slägga: 2 kg för F12-13 och 3 kg för P12-13

Spjut: alla klasser kastar med 400gr.

Kula:

3 försök – alla får en instöt.

2 kg för F12-13 och 3 kg för P12-13