



# PM

## Varmt välkommen till veteran-SM i friidrott inomhus i Tresteget, Varberg, 1 – 3 mars 2024

<b>Till arenan</b>	För transport mellan centrala Varberg och arenan kan ordinarie busslinje 2 med Hallandstrafiken nyttjas. Bussarna går från/till Varbergs Busstation (vid Varbergs station) 2 - 4 ggr/tim, till/från Trönninge. Restid 8 min mellan busstation och hållplatsen Trönninge skola (ca 100 m gångväg till arenan, följ vägvisning). Länk till tidtabell: <a href="https://www.iphone.fskab.se/hlt/Stadsbuss/231210_240616/Stadsbuss_Varbergskommun_2_231210_240616.pdf">https://www.iphone.fskab.se/hlt/Stadsbuss/231210_240616/Stadsbuss_Varbergskommun_2_231210_240616.pdf</a>
<b>Parkering</b>	Tresteget – Trönninge Idrottscentrum, strax norr om Varberg, adress: Kockatorpsvägen 3 Varberg. Parkering i direkt anslutning till arenan på anvisade platser, ingen avgift.
<b>Tävlingsstart</b>	Fredag 1 mars tävlingsstart kl 14.00, lördag 2 mars och söndag 3 mars tävlingsstart kl 09.00. Beräknat avslut söndag kl 16.30.
<b>Tidsprogram</b>	Publicerat på tävlingens hemsida <a href="#">IVSM 2024</a> .
<b>Invigning</b>	Invigning av IVSM 2024 lördag 2 mars kl 12.
<b>Nummerlappar</b>	Finns för avhämtning i Idrottshallen Tresteget, till vänster från foajen. Nummerlappen ska bäras synligt på bröstet. I teknikgrenar även tillåtet att bära nummerlapp på ryggen. <b>OBS att det är specifika nummerlappar för gångtävlingarna. Dessa är dubbla och ska bäras på både bröstet och ryggen. Ni som tävlar i såväl gång som andra grenar behöver därför hämta ut två olika nummerlappar.</b>
<b>Tävlingsutrustning</b>	Tillåten sultjocklek på tävlingssko: med spik 30 mm, utan spik 40 mm, se även <a href="https://www.friidrott.se/tavling-landslag/tavling/regler-bestammelser/regler/skoregler/">https://www.friidrott.se/tavling-landslag/tavling/regler-bestammelser/regler/skoregler/</a> Spiklängder: i höjdhopp max 12 mm, i övriga grenar max 9 mm, ej nålspik. Tävlingskläder: Vid SM ska alltid klubbdräkt bäras. Se gärna även tävlingsregler kap E3.1. Observera förändringen att E3.1.7.1 och E3.1.8 strukits.
<b>Invägning</b>	Invägning av egen kastutrustning vid sekretariatet plan 2, senast två timmar före aktuell grenstart. Observera att arenans golvmaterial endast tillåter att "mjuk" utrustning för inomhusbruk nyttjas.

<b>Efteranmälan</b>	I mån av plats, senast 90 min före aktuell grenstart. Efteranmälan görs på plan 2 ovanför läktaren, vid informationen utanför sekretariatet. Efteranmälningsavgift 400 kr, faktureras klubbvis i efterhand.
<b>Information</b>	Tävlingsinformation på plan 2 ovanför läktaren, utanför sekretariatet.
<b>Startlistor</b>	I EasyRecord: <a href="#">IVSM 2024 startlista</a>
<b>Sjukvård</b>	Sjukvårdare finns på plats, nedanför läktaren vid målet.
<b>Omklädning</b>	Omklädning, toalett och dusch i korridoren, se skyltning.
<b>Avprickning</b>	I samtliga löpgrenar, på plan 2 ovanför läktaren, utanför sekretariatet, senast 60 min före aktuell grenstart. Möjlighet att göra avprickning även digitalt i EasyRecord.
<b>Uppvärmning</b>	I idrottshallen, i anslutning till friidrottsarenan, till vänster från foajén. I idrottshallen är spikskor inte tillåtna. Efter calling/upprop uppvärmning inne i friidrottsarenan, spikskor då tillåtna.
<b>Calling/upprop</b>	I friidrottsarenan, vid hörnet mot idrottshallen enligt följande: <ul style="list-style-type: none"> <li>- löpgrenar senast 10 min före aktuell grenstart</li> <li>- stavhopp senast 30 min före aktuell grenstart</li> <li>- övriga teknikgrenar 15 min före aktuell grenstart</li> </ul>
<b>Seedning</b>	Baseras på angivna årsbästanoteringar enligt SFIF tävlingsstatistik.
<b>Höjningsscheman</b>	<p><i>Höjd</i></p> <p>M35-M50: 126 – 134 – 142 – 146 – 150 – 154 – 158 – 161 +3</p> <p>M55-M65: 110 – 114 – 118 – 122 – 126 – 130 – 134 – 140 – 142 +2</p> <p>M70-M95: 80 – 83 – 86 – 92 – 94 +2</p> <p>K35-K55: 104 – 108 – 112 – 116 – 120 – 124 – 128 – 131 +3</p> <p>K60-K95: 80 – 83 – 86 – 92 – 94 +2</p> <p><i>Stav:</i></p> <p>M35-M50: 220 – 240 – 260 – 280 – 290 +10</p> <p>M50-M65: 180 – 190 – 200 – 210 – 220 – 230 – 235 +5</p> <p>M70-M95: 160 – 170 – 180 – 190 – 200 – 210 – 215 +5</p> <p>K samtliga klasser: 120 – 130 – 140 – 150 – 160 – 170 – 175 +5</p>
<b>Tresteg</b>	Avstånd planka – grop enligt respektive tävlandes önskemål. Grenledaren stämmer av med respektive tävlande i samband med uppropet.
<b>Finaler</b>	<p><i>Löpning:</i></p> <p>På 60 m försök och final. I händelse av så få avprickade löpare att enbart final är aktuell avgörs den på tid som är angiven för final och försök utgår.</p> <p>På 60 m häck samt löpning 200 m och längre avgörs final direkt, i förekommande fall med seedade heat med det högst seedade heatet sist. I</p>

möjligaste mån kommer bana 1 att undvikas på 200 och 400 m. Tider i respektive heat avgör slutplacering.

*Teknikgrenar exkl höjd och stav:*

För samtliga tävlande 3 försök, därefter de 8 bästa till ytterligare 3 omgångar i vanlig ordning.

#### **Stafett**

Inlämning av laguppställning till sekretariatet senast 90 min före grenstart. I SM-tävlingen endast lag med samtliga deltagare av samma kön och från samma klubb.

#### **Utländska deltagare**

Utländska medborgare som har varit folkbokförda i Sverige i minst ett år och har fått tävlingstillstånd beviljat av Svenska Friidrottsförbundet är fullt behöriga att tävla om SM-medaljerna.

Därutöver kan personer från de nordiska länderna – även om de inte är folkbokförda i Sverige och inte har rätt att representera svensk förening – delta "utom tävlan", med dessa begränsningar:

- De kan inte ta medalj
- De kan inte gå till final i löpgrenar som genomförs med försök och final
- De kan inte gå vidare till de tre sista omgångarna i längd, tresteg, kula eller vikt

#### **Protest**

Under pågående tävling ska protest göras muntligen till grenledaren. Protest kan lämnas av tävlande eller annan person på den tävlandes uppdrag. Om grenen är avslutad kan protest lämnas till grenledaren via sekretariatet, senast 30 minuter efter kungjort resultat (bekräftat i EasyRecord).

Överklagande av en grenledares beslut med anledning av en protest inlämnas skriftligt till sekretariatet senast 30 minuter efter kungjort (eventuellt ändrat) resultat, tillsammans med en deposition på 500 kronor. Depositionen återbetalas om överklagandet godkänns av tävlingsjuryn. Juryn behandlar överklagandet och meddelar beslut så snabbt som möjligt. Sammankallande för juryn är tävlingsledare Per Svensson.

#### **Liveresultat och resultatlista**

Visas i EasyRecord live och efter avslutad gren. Av hållbarhetsskäl redovisar vi inte resultaten i pappersformat.

#### **Prisutdelning**

Genomförs i nära anslutning till avslutad gren.

#### **Sportförsäljning**

B-tex samt Global Sport kommer att finnas på plats under tävlingsdagarna.

#### **Servering**

*Lunch:*

Lunch serveras i Trönningeskolans matsal, i direkt anslutning till tävlingsarenan. För er som inte förbokat lunch finns ett begränsat antal lunchkuponger till försäljning under lördag och söndag. Menyer, se hemsida.

Förbokade lunchkuponger samt köp på plats: avhämtas/köps hos arenavärd i idrottshallen till vänster från foajén. Här betalas även luncher, via swish.

### Kiosk:

Sedvanligt kioskutbud i kiosken i foajén. Därutöver finns det möjlighet att köpa kaffe och tilltugg inne i friidrottsarenan plan 2 ovanför läktaren. Betalning helst via swish, men även möjlighet till kontantbetalning.

Hjälp oss att värna om miljö och arena; vi är tacksamma för att ni sorterar avfall i anvisade sopkärl.

### Innerplan

Vi vädjar till alla som inte tävlar eller är funktionär att inte vistas på innerplan.

### Logi

Se hemsida för rekommenderade boendialternativ.

### Kontakt

Tävlingsinformation tävlingens hemsida. Du kan även kontakta oss via mail: [ivsm2024@gmail.com](mailto:ivsm2024@gmail.com)

**VARMT VÄLKOMMEN OCH LYCKA TILL I TÄVLANDET!**

---

Arrangeras av



i samarbete med



---

Samarbetspartners Svenska Friidrottsförbundet



---

Lokala samarbetspartners

Varbergs Sparbank

