

PM för Veteran SM i Huddinge 14-15 februari 2009

Svenska Veteranfriidrottsförbundet och Huddinge AIS hälsar Er välkomna till 2009 års upplaga av Stora IVSM inomhus för veteraner

Tidsprogram

Se separata sidor

Avprickning

Senast 1 timme före grenstart vid entrén. Komplettera med årsbästa **löpgrenarna** (om detta ej är gjort) i

Nummerlappar

Hämtas **individuellt** vid anvisad plats. Bäres på bröstet dock valfritt bröst/rygg i höjd/stav. Reklamen får ej vikas in

Upprop:

10 min före vid resp. grenstart.

Uppvärmning:

Kan ske utomhus resp. i motionsrummet (utan spikskor)

Tävlingsbestämmelser

Tävlande skall bära reglementsenlig tävlingsdräkt

Reklam på överdragskläder och väskor skall vara i enlighet med SFIF:s regler

Spiklängd max 5 mm

Inga ledare, tränare eller icke tävlande får finnas på innerplan under pågående tävling. Den aktiva får ej medföra musikanläggningar utan hörlurar eller ha påslagna mobiltelefoner på innerplan under pågående tävling

Förbjudet att använda mer än 2 ansatsmarkeringar i hopp. Krita/färg får ej användas

Efteranmälan:

Kan ske i mån av plats d.v.s. det får inte bli någon extra pool eller omgång.

Kostnad 300:- kontant.

Invigning:

Klockan 11.00 lördag 14/2 invigs tävlingarna

Innerplan

Endast aktiva i aktuella grenar samt funktionärer

Löpning

Vid löpningar 60 m 2 bästa i varje heat + 4 tider till final. **Om det är 8 eller färre avprickade går finalen på försökstid.** Övriga sträckor seedade A-B-C finaler där A-finalen går sist (Det

förmodade bästa). Om det blir få avprickade deltagare i någon grupp förebehåller vi oss rätten att göra en ny gruppindelning dock ej tidigarelagd om inte speciella skäl föreligger.

Stafett 4 x 200 m

Tillåtna lagsammansättningar i manlig stafett .4 x 200 m

Minst 2 deltagare skall vara 50 år och äldre.

1. Rena herrlag – d.v.s. att alla deltagarna kommer från samma klubb **Ingen avgift** och deltar i tävling om SM-medaljerna.

Utom tävlan)

2. Mixade lag av män och kvinnor från en och samma klubb, varav minst en manlig löpare
3. Rena herrlag i allians mellan flera klubbar (klubbarna kan vara från samma distrikt eller från olika distrikt)
4. Mixade lag av män och kvinnor i allians mellan flera klubbar, varav minst en manlig löpare

Tillåtna lagsammansättningar i kvinnlig stafett

1. Rena damlag – dvs. att alla deltagarna kommer från samma klubb. **Ingen avgift** och deltar i tävling om SM medaljerna

Utom tävlan (ingen startavgift)

2. Rena damlag i allians mellan flera klubbar

Endast rena herr- resp. damlag, där alla deltagare kommer från samma klubb, kan sätta ett svenskt rekord, mästerskapsrekord och erhålla medalj vid VSM. Detsamma gäller för att få tillgodoräkna sig poäng i klubbtävlingen.

Att rent herr- respektive damlag i allians mellan flera klubbar kan däremot sätta internationella rekord (nordiska, Europa, världs).

De lag som tävlar om medaljer skall i första hand springa i samma heat.

Hopphöjder:

HÖJD

M35 150-158-166 därefter 4 cm.

M40 142-150-158 + 4 cm.

M45 134-142-150 + 4 cm.

M50 126-134-142 + 4 cm.

M55 120-124-128-132-136 + 2 cm.

M60 114-118-122-126 + 2 cm.

M65 110-114-118-122 + 2 cm.

M70 102-106-110-114 + 2 cm.

M75 94-98-102-106-110 + 2 cm.

M80+ 80-84-88 + 2 cm.

K35 124-130-136 därefter 4 cm.

K40 118-124-130 + 4 cm.

K45 112-118-124 + 4 cm.

K50 108-114-120 + 4 cm.

K55 106-110-114 + 2 cm.

K60 102-106-110 + 2 cm.

K65 98-102-106 + 2 cm.

K70 86-90 + 2 cm.

K75 76-80 + 2 cm.

K80+ 66-70 + 2 cm.

STAV

M35 260-280-300-320 därefter 10 cm.

M40 240-260-280-300 + 10 cm.

M45 220-240-260-280 + 10 cm.

M50 210-220-230-240-250-260-270 + 5 cm.

M55 200-210-220-230-240-250-260 + 5 cm.

M60 190-200-210-220-230 + 5 cm.

M65 180-190-200-210 + 5 cm.

M70 170-180-190-200 + 5 cm.

M75 160-170-180 + 5 cm.

M80+ 150-160 + 5 cm.

K35 180-200-220-230-240 därefter 5 cm.

K40 170-190-210-230-240 + 5 cm.

K45 160-180-190-200 + 5 cm.

K50 150-170-180-190 + 5 cm.

K55 140-160-170-180 + 5 cm.

K60 130-150-160-170 + 5 cm.

K65 120-140-150 + 5 cm.

K70+ 110-130-140 + 5 cm.

Anm.: Då endast en deltagare finns kvar i **klassen**: valfri höjning. Gäller både i höjd och stav.

Resultat

Anslås på väggen bakom uppbromsningsmattan.

Resultaten läggs även ut på vår hemsida www.huddinge-friidrott.org. Ett exemplar skickas alltid till klubben. Vill någon ha ett personligt exemplar så skickar vi ett sådant mot en **adm. kostnad av 20:-**. Beställes vid sekretariatet

Protest

Protester under pågående tävling sker muntligen av den aktive till ansvarig grenledare. Skriftlig protest kan ske inom 30 min efter kungjord resultatlista av den aktive eller ledare åtföljt av en avgift av 300:-, som återbetalas om protesten godkänns.

Prisutdelning:

Sker i block enligt information i tidsprogrammet. Samling vid kastburen längst ned i hallen för gemensam inmarsch. Veteran SM-medaljer till de 3 främsta. Ensam startande ger guldmedalj efter godkänt resultat (ingen stipulationsgräns)

Läkare

Tävlingsläkare finns tillgänglig.

Servering i Storängshallen

Enklare servering finns i hallen. Annars hänvisar vi till närbelägna Huddinge Centrum (10 min promenad) med en mängd restauranger

Försäljning

Löplabbet säljer skor mm samt Polnac kastredskap mm

Hemsida

med information: www.huddinge-friidrott.org

Information

Telefon 08-774 85 25 (Huddinge AIS kansli). Per Öhrlund 070-675 87 99

Storängshallen Huddinge

Nya **Storängshallen** ligger nära Huddinge Centrum. Förrådsvägen 1 (Storängsvallen) alt www.eniro.se – [Kartor - Storängshallen](#). 10 min från Huddinge Pendeltågsstation samt finns

bussar bl.a. direkt från T-banan (linje 710 och 744) och som stannar precis vid hallen. Hållplats Helgedalsvägen.

Parkering

På anvisade platser inom hallens område. Finns även på baksidan om man kör runt hallen

Boende:

Scandic Hotell, Kungens Kurva 08-517 346 00.(**Buss 710 direkt** till Storängshallen) hållplats Helgedahlsvägen, dvs hållplatsen efter Huddinge Centrum).

Ange att det avser Veteran SM – Huddinge AIS för bästa pris.

Välkommen till årets Veteran SM