



Funktionärs-PM: Inne-KM lördag den 22 oktober 2022 i Sättrahallen

*Stort tack för att du ställer upp som funktionär på Inne-KM!
Utan din hjälp skulle inte tävlingen kunna genomföras.*

Samling för grenledare **kl. 9.15** och funktionärer enligt information i bifogat Excel dokument vid anvisad plats i Sättrahallen. Följande skall också vara på plats **kl. 9.15**: Funktionärer till sekretariatet, ordonnanser, nummerlappar och funktionärsansvarig.

När du kommer till Sättrahallen ska du gå till konferensrummet inne i friidrottshallen. Där ska du pricka av dig och hämta ut en funktionärsväst. Sedan kommer det hållas en kort genomgång inom respektive gren tillsammans med grenledarna. Detta sker på utrymmet ovanför konferensrummet. Se till att vara i tid. Funktionärsfika finns tillgängligt under hela dagen i konferensrummet inne i friidrottshallen. Det är inte tillåtet att förtära någonting på innerplan i hallen. All förtäring sker i funktionärsrummet eller på läktaren.

Var vänlig och läs igenom informationen för din gren nedan.

Vi hoppas på många startande i årets upplaga av Inne-KM. Det innebär dels att tidsschemat är tajt, dels att det kommer att bli trångt i hallen. Varje funktionärsteam bör avsätta en person till att hålla koll på de startande och slussa fram dem i ordning, samt att ropa upp nästa grupp om tävling fortfarande pågår för den förra.

Vid eventuell olycka:

Samlingsplats vid eventuell utrymning är parkeringen utanför hallen. I hallen finns tavlor med information om utrymning. Viktigt att ni tar del av den. Ev. utrymning leds av speakern. Adressen vi befinner oss på är Sättrahallen, Björksättravägen 2, 127 36 Skärholmen. Förbandslåda finns vid sekretariatet.

Då det inte finns någon reservlista på funktionärer är det upp till Er själva att skaffa fram en ersättare om ni inte kan medverka!
Har du frågor, kontakta kansliet.

Välkomna till Inne-KM
Arrangementskommittén

HÖJDHOPP

Upprop:	Ca 10 minuter innan start.
Antal hopp:	Tre försök per höjd.
Protokoll:	Pappersprotokoll hämtas i sekretariatet ca 30 minuter före start. Sekreteraren markerar alla hopp med: Giltigt hopp = O Ogiltigt hopp = X Ej hoppat = -
Mätning:	Höjden mäts från marken till ovansidan ribba. Måttet mäts mitt på ribban.
Höjningar:	Följande höjningsschema ska användas: P/F10 80-85-90-95-100-105-110-115+ 3 cm P/F11 80-85-90-95-100-105-110-115+ 3 cm F12 90-95-100-105-110-115-120+ 3 cm P12 95-100-105-110-115-120+ 3 cm

Domarfunktioner:

Grenledare	Leder tävlingen, ansvarar för arbetsfördelningen på stationen.
Hoppdomare	Sitter bredvid mattan och markerar godkänt hopp med vit flagg och ogiltigt hopp med röd flagg.
Upprop	Genomför muntligt upprop och ropar upp den som ska hoppa och vilka två som står på tur.
Sekreterare	Hämtar tävlingsprotokoll, noterar varje resultat samt eventuella protester, varningar och diskvalifikationen. Tag en bild av protokollet innan ni lämnar det till sekretariatet.
Ribbuppläggare (2 st.)	Lägger upp ribban vid rivning.

Ett försök (hopp) är ogiltigt om den tävlande:

- Inte gör upphoppet från en fot. Inga jämfotahopp alltså.
- Stöter till ribban eller ställningen, så att ribban därefter ej ligger kvar på uppläggningsplattorna. Om ribban darrar ska man avvakta till dess rörelse upphört, eller till dess det – enligt domarens bedömning – är helt klart att ribban inte kommer att falla ned från uppläggningsplattorna. Observera att det inte räcker med t.ex. att hopparen hunnit lämna bädden innan ribban faller, eller att ribban legat kvar en viss tid. Om ribban faller, men detta enligt domarens uppfattning inte beror på hopparen utan på t.ex. felplicerad hoppbädd, ska försöket bedömas som giltigt om hopparen passerat korrekt över ribban. Alternativt kan tävlanden ges möjlighet att göra om försöket.
- Utan att först passera över ribban med någon del av kroppen vidrör hoppbädden –

antingen mellan eller vid sidan av ståndarna – bortom det tänkta vertikalanplanet genom ståndarnas framkant. Om tävlande vid ett i övrigt korrekt försök vidrör hoppbädden med foten, och om han/hon därvid – enligt domarens bedömning – inte erhållit någon fördel, ska dock hoppet inte ogiltigförklaras.

LÄNGDHOPP

Upprop:	Ca 10 minuter innan start.
Antal hopp:	Tre försök per person i klasser upp till och med P/F13. P/F14 gör tre hopp därefter gör de åtta bästa ytterligare tre hopp.
Zon/planka:	P/F 9-13 har hopp zon (hoppzonen är en meter). Övriga hoppar med plankan.
Protokoll:	Pappersprotokoll hämtas i sekretariatet ca 30 minuter före start. Sekreteraren markerar alla hopp med: Giltigt hopp = Skriv resultatet i cm (t.ex. 356) Övertramp = X Ej hoppat = -
Mätning:	Hopp zon: Hoppet mäts som effektiv längd, d.v.s. från tåns markering i zonen till den punkt som är närmast av nedslagsmärket i sanden. Om tån sätts i innan hoppzonen mäts hoppet från hoppzonens början Planka: Mäts från den vinkelräta linjen från plankan till nedslagsmärket.
Domarfunktioner:	
Grenledare	Leder tävlingen, ansvarar för arbetsfördelningen på stationen.
Upprop	Ser till att det hela tiden finns en ny hoppare redo att hoppa. Ropar upp den som ska hoppa och vilka två som står på tur.
Extra upprop	Hjälper till att se till att deltagarna står i hoppordning och är redo att hoppa för att effektivisera tävlingen.
Domare plankträff	Markerar godkänt hopp med vit flagg och övertramp med röd flagg. Kontrollerar även hur den aktive lämnar gropen och ordnar plastellinan mellan hoppen (när plankan används).
Sekreterare	Hämtar tävlingsprotokoll, noterar varje resultat samt protester, varningar och diskvalifikation. Tag en bild av protokollet innan ni lämnar det till sekretariatet.
Mätare vid plankan	Läser av måttbandet vid hoppzonen/plankan och ropar ut längden högt och tydligt.
Mätare i gropen	Håller måttbandet vid bakersta nedslaget i gropen.
Krattare	Krattar gropen, ser till att den håller sig plan och inte blir djupare.

Ett försök (hopp) är ogiltigt om den tävlande:

- Trampar över. Det är tillåtet att göra upphopp före plankan.
- Gör upphopp vid sidan av plankan. Normalt innebär detta, att upphoppet görs utanför den markerade ansatsbanan. Däremot är det tillåtet att under ansatslöpningen trampa utanför den markerade ansatsbanan.
- I samband med landningen (nedslaget), vidrör marken utanför hoppgropen närmare övertrampslinjen, än vad det närmaste nedslagsmärket i gropen befinner sig.
- Lämnar gropen så att första kontakten med marken utanför gropen är närmare övertrampslinjen än det bakersta märke som gjorts i gropen.

STAVHOPP

Upprop:	Ca 10 minuter innan start.
Antal hopp:	Tre försök per höjd.
Protokoll:	Pappersprotokoll hämtas i sekretariatet ca 30 minuter före start. Sekreteraren markerar alla hopp med: Giltigt hopp = O Ogiltigt hopp = X Ej hoppat = -
Mätning:	Höjden mäts från marken till ovansida ribba. Måttet mäts mitt på ribban.
Höjningar:	150 cm är den lägsta höjden för alla klasser + 10 cm höjning.
Domarfunktioner:	
Grenledare	Leder tävlingen, ansvarar för arbetsfördelningen på stationen. Sitter bredvid mattan och markerar godkänt hopp med vit flagg och ogiltigt hopp med röd flagg.
Upprop	Genomför muntligt upprop och ropar upp den som ska hoppa och vilka två som står på tur.
Sekreterare	Hämtar tävlingsprotokoll, noterar varje resultat samt eventuella protester, varningar och diskvalifikationen. Tag en bild av protokollet innan ni lämnar det till sekretariatet.
Ribbuppläggare (2 st.)	Lägger tillbaka ribban vid rivning.

Ett försök (hopp) är ogiltigt om den tävlande:

- Stöter till ribban eller ställningen, så att ribban därefter ej ligger kvar på uppläggningsplattorna. Om ribban darrar ska man avvakta till dess rörelse upphört, eller till dess det – enligt domarens bedömning – är helt klart att ribban inte kommer att falla ned från uppläggningsplattorna. Observera att det inte räcker med t.ex. att hopparen hunnit lämna bädden innan ribban faller, eller att ribban legat kvar en viss tid. Om ribban faller, men detta enligt domarens uppfattning inte beror på hopparen utan på t.ex. felplicerad hoppbädd, ska försöket bedömas som giltigt om hopparen passerat korrekt över ribban. Alternativt kan tävlanden ges möjlighet att göra om

försöket.

- Utan att först passera över ribban med någon del av kroppen vidrör hoppbädden – antingen mellan eller vid sidan av ståndarna – bortom det tänkta vertikalanplanet genom ståndarnas framkant. Om tävlande vid ett i övrigt korrekt försök vidrör hoppbädden med foten, och om han/hon därvid – enligt domarens bedömning – inte erhållit någon fördel, ska dock hoppet inte ogiltigförklaras.

LÖPNING

Upprop: Ca 10 minuter innan start.

Protokoll: Pappersprotokoll hämtas i sekretariatet ca 30 minuter före start.

Domarfunktioner:

Grenledare	Leder tävlingen, ansvarar för arbetsfördelningen på stationen. Hämtar tävlingsprotokoll och noterar varje resultat samt protester, varningar och diskvalifikation. Kontrollerar startlinjen.
Starter	Skjuter iväg heaten samt återkallar löpare.
Upprop	Ser till att det hela tiden finns ett nytt heat redo att starta. Ropar upp de som ska starta och vilka som står på tur med hjälp av startern. samt återkallar löpare.
Varvräknare	Håller koll på hur många varv varje löpare har sprungit (behövs endast vid rundbanelopp) samt ringer i klockan vid ett varv kvar.
Måldomare	Placerar sig i mållinjens förlängning eller på annan lämplig plats, så att de tävlandes inbördes ordning vid målgång kan fastställas (behövs endast vid rundbanelopp).

Bra att veta:

Lopp upp till 400m för åldersgruppen 14 år eller äldre är startblock och liggande start obligatoriskt.

KULA

Upprop: Ca 10 min innan start.

Antal kast: I alla åldersklasserna gäller tre försök, ingen final.

Protokoll: Pappersprotokoll hämtas i sekretariatet ca 30 minuter före start. Sekreteraren markerar alla stötar med:

Giltig stöt	=	Skriv resultatet i cm (t.ex. 155)
Övertramp	=	X
Ej stött	=	-

Kulvikter: Följande vikter ska användas:
P/F9 2,0 kg
P/F10 2,0 kg
P/F11 2,0 kg
P/F12 3,0 kg respektive 2,0 kg

Mätning: Mätningen sker från den vita plankans början till i mitten av märket där kulan landade.

Domarfunktioner:

Grenledare Leder tävlingen, ansvarar för arbetsfördelningen på stationen. Markerar godkänd stöt med vit flagg och övertramp med röd flagg. Kontrollerar hur den aktive lämna kulringen.

Upprop Ser till att det hela tiden finns en ny stötare redo att stöta. Ropar upp den som ska stöta och vilka två som står på tur.

Sekreterare Hämtar tävlingsprotokoll, noterar varje resultat samt protester, varningar och diskvalifikation. Tag en bild av protokollet innan ni lämnar det till sekretariatet.

Mätare vid plankan Läser av måttbandet vid plankan (ringen) och ropar ut längden högt och tydligt.

Mätare i kastområdet Håller måttbandet vid nedslagsplatsen i kastområdet.

Kulretur Rullar tillbaka kulan efter avslutad stöt.

Ett försök (stöt) är ogiltigt om den tävlande:

- Trampar på eller över plankan.
- Inte går utanför de vita strecken som är markerade vid sidan av kulringen.
- Stöter på eller utanför det markerade kastområdet.
- Kastar kulan och inte stöter.

SEKRETARIAT

Att tänka på

- Ta emot efteranmälan på blankett (ta fram mall om det ej finns)
- Ta emot ”protester, klagomål” på blankett (ta fram mall om det ej finns)
- Ingen efteranmälan ute hos grenledare
- Alla måste pricka av sig i tid (extra viktigt på löpgrenar)
- Gå igenom 1 h innan vem som gör vad i sekretariatet
- Genomgång med grenledare hur digitalt resultat app fungerar

Att göra

- Skriv ut startlista (2 ex till grenledare, 1 vidprotokoll längd+tresteg,
- 1 ex tidtagarrum löp, 1 speaker)
- Bocka av att startlistor går ut till grenledare
- Ta in resultat
- Skriv ut resultatlistor (1 ex anslagstavla, 1 ex speaker)
- Använd ett tidsprogram och bocka av att uppgifter ovan är genomförda

Heatindelning

- Sprint: 8 personer
- 600 och längre: 12 personer

In och ut lådor

