

Stockholmskampen



i friidrott 12 - 13 år

Hej funktionär på Stockholmskampen match 1 på Spånga IP den 5 maj 2024

Några namn och kontaktuppgifter som kan vara bra för er att ha.

Tävlingsledare / Teknisk ledare: Jakob Lagerdahl (070-5874708) och Petra Eklund

Sekretariat och Eltid: Sara Holmström

Grenledare: När ni kommer till arenan sök upp tävlingsledare. Du prickar av dig och får en grenledarväst.

Övriga funktionärer: Sök upp din grenledare och grupp enligt listan nedan. Grenledaren kommer att fördela ut uppgifterna vid respektive gren.

Grenarna är fördelade enligt nedan på respektive klubb:

| | |
|-------------------------------------|---|
| Bromma IF, Duvbo IK, Sundbybergs IK | Tävlingsledning och sekretariat |
| Danderyds SK | Löpning 60m + växlingskontroll stafett FP13 |
| Duvbo IK, Sundbybergs IK | Höjdhop (2 mattor) |
| Bromma IF | Stavhopp förmiddag (F13 och P13 grupp 1) |
| Turebergs FK | Stavhopp eftermiddag (F13 och P13 grupp 2) |
| IFK Lidingö | Längdhopp + växlingskontroll stafett FP12 |
| Täby IS | Spjut |
| Hässelby SK | Slägga |

Samlingsplatser

| Gren | Samlingstid | Samlingsplats |
|----------------------|-------------|-----------------------------------|
| Löpning | 10:30 | Vid 60m-starten |
| Höjdhop | 10:45 | Vid höjdhoppsmattorna |
| Stavhopp förmiddag | 8:45 | Vid stavhoppsmattan |
| Stavhopp eftermiddag | 12:00 | Vid stavhoppsmattan |
| Längdhopp | 11:45 | Vid längdgropen |
| Spjut | 9:45 | Vid spjutansatsen i första kurvan |
| Slägga | 9:45 | Vid kastplanen |

Varmt tack för att du ställer upp och bidrar till en fin tävling för våra aktiva!

Funktionärsmat: Soppa, smörgås och fika för funktionärer finns på andra våningen i måltornet.

Stockholmskampen



i friidrott 12 - 13 år

Grenregler

Klasserna är åldersbundna.

Tjejer respektive killar kan INTE tävla i varandras klasser förutom i stafetterna som är mixade (fri fördelning av tjejer och killar i varje lag)

Löpning: I alla individuella löpgrenar gäller max 1 lopp per person (inga finaler).

Mixstafett: Varje lag får ställa upp med flera stafettlag i respektive åldersklass. **Det är fri fördelning av tjejer och killar i varje lag – det går alltså bra att ställa upp med enkönade lag om man vill det.** I den mån det behövs för att alla i laget ska kunna springa stafett är det tillåtet för löpare att delta i mer än ett lag. Laget får resultatpoäng och deltagarpoäng för de två snabbaste lagen. Man kan inte få resultatpoäng för två lag där någon deltagare har varit med i båda. Däremot får man deltagarpoäng för alla som är med och springer. Har man t ex 8 stafettlöpare kan man ha två lag där 2 dubblar. Man får då 8 deltagarpoäng samt resultatpoäng för det ena laget. Samma stafettlag får INTE springa två gånger.

Längd (hoppzon):

3 försök – alla får ett inhopp.

Hoppzonen i längd är 1 meter.

Höjd/Stav:

3 försök per höjd.

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

Höjningsschema i höjd: 4 cm hela vägen med lägsta ingångshöjd 0,96 meter.

Höjningsschema i stav: 15 cm hela vägen med lägsta ingångshöjd i stav 1,00 meter

Vid Stockholmskampen tillåts man få hålla i staven även om man har landat i mattan.

Varje förening tar med egna stavar.

Slägga/Spjut:

3 försök, varje kastare gör alla tre försöken direkt efter varandra där det längsta mäts. Alla får ett inkast var utöver de 3 tävlingskastan.

Slägga: 2 kg för F13, 3kg för P13.

Spjut: Alla klasser kastar med 400gr.

Tävlings-PM och tidsprogram finns på Bromma IF:s hemsida

Greninstruktioner hittar du på GOSTHs hemsida, <https://www.friidrott.se/gotland-stockholm/nyheter/>? under fliken "Om distriktet" / "Stockholmskampen"