



PM för Veteran SM inomhus 12-14 november 2021



Svenska Friidrottsförbundets Veterankommitté och Västerås FK hälsar Er välkomna till 2021 års upplaga av SM inomhus för veteraner.

Vägbeskrivning: Westinghouse Arena (friidrottshallen) ligger på Kungsängsgatan 8. Kommer ni på E18 från Stockholms hållet sväng av vid Folketsparksmotet, sväng vänster på Stockholmsvägen---
Kommer ni på E18 från Oslo hållet sväng av vid Folkparksmotet, sväng vänster på Stockholmsvägen--sedan kör ni till första trafikljuset (200-300 m), där svänger ni höger (Björnövägen), kör till nästa trafikljus (200-300 m) där svänger ni vänster då är ni på Kungsängsgatan. Hallen ligger på höger sida efter ca. 200 m. En stor blå/gul skylt där det står Västerås Friidrott samt en stor skylt med hallnamnet, Westinghouse Arena. Arenan ligger ca 700m från järnvägsstation.
Busslinje 2,3,5 och 22 från järnvägsstation till ”Pilgatan”, 300 m till hallen.

Parkering: Det finns parkering på östra sidan av hallen (ingen avgift).
OBS! Det är parkeringsförbud västra sidan av hallen.

Avprickning: Endast i löpgrenar, senast 1 timme före grenstart till höger i hallen (vid gymmet), .
Komplettera med årsbästa (om detta ej är gjort vid anmälan).

Nummerlappar: Hämtas individuellt vid ingången i hallen. Ska bäras synlig på bröstet, valfritt bröst/rygg i höjd/stav. I kast bärs nummarlappen på ryggen. Reklamen får ej vikas in.

Nummerlapp hämtas:

- Fredag från 16.00
- Lördag och söndag från 08.00

Upprop: 15 min före resp. grenstart där grenen avgörs.

Uppvärmning: Sker i möjligaste mån utomhus och i borte delen av hallen vid längdgrop C. Stegringslopp kan ske på raka delen av rundbanan (ej kurvorna) samt vid rundbanelopp på blåa sprintbanan. Kastuppvärmning sker innanför kastnätet.

Tävlingsbestämmelser: Tävlende skall bära reglementsenslig tävlingsdräkt. Reklam på överdragskläder och väskor skall vara i enlighet med SFIF:s regler. Spiklängd max 6 mm.

För skor som används av deltagare i veteranklasser - oavsett gren - gäller följande maximimått för sultjocklek:

- Spikskor: maximalt 30mm
- Övriga skor: maximalt 40mm



PM för Veteran SM inomhus 12-14 november 2021



Innerplan: Inga ledare, tränare eller icke tävlande får finnas på innerplan under pågående tävling. Det är ej tillåtet att använda mer än två 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 280:-/gren via swish eller faktura till föreningen. Efteranmälan skickas till henrik@vasterasfriidrott.se fram till tisdag 9/11 därefter tas det endast emot på plats under tävlingshelgen.

Invgning: Tävlingarna invigs på lördagen 13/11 klockan 12.00.

Resultat: Anslås på väggen bakom 60 m starten. Resultaten läggs även ut på tävlingssidan <https://www.vasterasfriidrott.se/veteran-sm-inomhus-2021/>

Löpning: Vid försökslopp på 60 m och 60 m häck gäller SFIF's regler för placeringar och tider för avancemang till final. Om försök utgår avgörs finalen på finaltiden.

Övriga sträckor är seedade i A-B-C finaler där A-finalen går sist (det förmodade bästa). Om det blir få avprickade deltagare i någon grupp förbehåller vi oss rätten att göra en ny gruppindelning.

Viktkastning: Sker med inomhusvikter.

Stafett 4 x 200 m: Anmälan och inlämning av startuppställning görs senast 60 min innan start

Tillåtna lagsammansättningar i stafett (deltar i tävling om SM-medaljerna)

- Rena herrlag – d.v.s. att alla deltagarna kommer från samma klubb
- Rena damlag – d.v.s. att alla deltagarna kommer från samma klubb

Utom tävlan

- Rena herrlag i allians mellan två eller flera klubbar
- Rena damlag i allians mellan två eller flera klubbar
- Mixade lag av män och kvinnor från en och samma klubb
- Mixade lag av män och kvinnor i allians mellan två eller flera klubbar

Endast rena dam- respektive herrlag, 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.

Ett 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.



PM för Veteran SM inomhus 12-14 november 2021



Utländskt deltagande: Utländska deltagare tillåts att tävla på VSM i försök, de kan dock ej avancera ifrån försöken. Om det är final direkt tillåts utländska tävlande deltaga men kan ej ta medalj, dvs de 3 främsta svenska deltagarna får medalj. I teknikgrenar med fler än 8 svenska deltagare skall 8 svenska deltagare gå till final och få 6 försök. Om utländsk deltagare är bland de 8 bästa totalt efter 3 försök kan denna få göra ytterligare 3 försök om tidsprogrammet tillåter.

Hopphöjder höjd och stav:

Då endast en deltagare finns kvar i åldersklassen bestämmer deltagaren själv höjning.

Höjd

M35-M50: 126-134-142-146-150-154-158-161 och därefter 3 cm

M55-M80+: 80-83-86-89-92-94 och därefter 2 cm

K35-K50: 108-112-116-120-124-128-131 och därefter 3 cm

K55-K80+: 66-69-72-74-76 och därefter 2 cm.

Stav

M35-M45: 220-240-260-280-290 och därefter 10 cm

M50-M60: 180-190-200-210-220-230-235 och därefter 5 cm

M65+: 160-170-180-190-200-210-215 och därefter 5 cm.

K35-K80+: 120-130-140-150-160-170-175 och därefter 5 cm

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 godkännes.

Prisutdelning: Prisutdelningar kommer genomföras samlade på specifika tider (se tidsprogram).

Sjukvård: Sjukvårdare finns tillgänglig i hallen under hela tävlingen.

Servering: Servering finns i Westinghouse Arena. Det finns både pasta, varma smörgåsar, korv, dricka, frukt, mackor, godis m.m. under hela evenemanget.

Betalning: Swish eller kontant.

Måltider: Alla som beställt säger sitt namn vid respektive måltid och blir avprickade på en lista.

OBS! Lunchtiderna är ändrade till 11.30-13.00. Passar inte tiden går det bra att hämta en matlåda.

Kontakt: Tävlingsledare Henrik Astfors, henrik@vasterasfriidrott.se, 070-2810757

Välkommen till Västerås!