

# ISM

## MÅNGKAMP

# 2023

## VÄXJÖ 4-5 FEBERUARI

IFK VÄXJÖ, SVENSKA FRIIDROTTSFÖRBUNDET OCH VÄXJÖ KOMMUN HÄLSAR ALLA HJÄRTLIGT VÄLKOMNA TILL VÄXJÖ, TELEKONSULT ARENA OCH INOMHUS-SM I MÅNGAMP 2023.

### ALLMÄN INFORMATION

#### TÄVLINGSARENA

Telekonsult Arena, Hejaregatan 9, Växjö.

#### TÄVLINGSDAGAR OCH TÄVLINGSTIDER

Årets ISM i mångkamp börjar lördagen den 4 februari med första start kl. 10.00. Tävlning är klar söndagen den 5 februari senast kl. 17.00. Starttider för respektive gren framgår av tidsprogrammet.

#### PARKERING

Finns i anslutning till Telekonsult Arena, närmst är parkeringen norr om Telekonsult Arena, längs med Hejaregatan.

#### ENTRÉ FÖR AKTIVA OCH LEDARE

All inpassering till arenan för aktiva och ledare ser genom den västra ingången (markerad med röd cirkel på bilden). Arenan är öppen på lördag från 07.00 och på söndag från 06.30.



#### PUBLIKENTRÉ

Via den östra ingången, mot Fortnox Arena, ingen entréavgift.

#### NUMMERLAPPAR

Alla nummerlappar ligger i föreningskuvert. Dessa kuvert som även innehåller även matbiljetter för de som förbeställt. Föreningskuverten hämtas ut föreningsvis i kiosken i Telekonsult Arena. Följande tider kan ni hämta ut era föreningskuvert: lördag från 08.00, söndag från 07.00. Nummerlappen ska fästas på tävlingströjan i brösthöjd. I höjd och stav alternativt på ryggen. Reklamtexten får inte vikas in.

#### EFTERANMÄLAN

Efteranmälan kan göras fram tills avprickningstiden för aktuell gren löper ut. All efteranmälan görs via [easyrecord.se](https://easyrecord.se). Efteranmälningsavgiften är 500 kr per start och faktureras klubben i efterhand.

#### MAT OCH KIOSKER

Det går bra att förbeställa lunch för både lördag och söndag. Lasagne och pastasallad med dryck 90 kr vid förbeställning senast 1 februari till [ism@ifkvaxjo.se](mailto:ism@ifkvaxjo.se). Uppge antal av varje rätt per dag vid förbeställning. Förbeställd lunch serveras mellan kl. 11.30-14.00 båda dagarna.

I Telekonsult Arena finns det en kiosk. Utbudet i dessa består av bla. Lasagne, pastasallad, hamburgare och korv, frallor och baguetter, dricka, fika och godis med mera.

#### OMKLÄDNING

Det finns två stycken omklädningsrum i Telekonsultarena. Ett för kvinnor och ett för män.

## SJUKVÅRDSPERSONAL

Läkare och sjukvårdare kommer att finnas på plats under tävlingarna. De har sin bas vid 60 m målet.

## MASSAGEPLATS

De föreningar som har anmält önskemål om att sätta upp massagebänk kommer att erbjudas plats i Telekonsult Arena under lördag och söndag. Platsen ni får sätta upp massagebänk på är utrymmet utanför omklädningsrummen.

## STARTLISTOR & RESULTAT

Alla resultat publiceras live på [easyrecord.se](https://easyrecord.se). Här kan även aktuell poängställning ses.

## WEBBSÄNDNING

Tävlingen kommer sändas via [friidrottskanalen.se](https://friidrottskanalen.se).

## UNDER TÄVLINGEN

### AVPRICKNING

Detta ska ske med personlig namnteckning senast 60 minuter före utsatt starttid för första grenen. Avprickning sker endast online på [easyrecord.se](https://easyrecord.se). Avprickningen öppnar kl. 00.01 tävlingsdagen.

**OBS!** Tävländare som inte prickar av sig i tid tillåts ej starta i grenen.

### EGNA UTRUSTNING/REDSKAP

Egna redskap i kula skall lämnas för redskapskontroll senast 90 minuter före starten av kula. Redskapen lämnas in i redskapsrummet till höger om kastväggen. De invägda redskapen hämtas ut på samma ställe efter avslutad tävling.

Högsta tillåtna spiklängd är 7 mm förutom i höjd där 9 mm är tillåtet.

### UPPVÄRMNINGSARENA

All uppvärmning sker utomhus eller i Sprinthallen dit det finns en passage inomhus från Telekonsult Arena.

### GRUPPLEDARE

Varje grupp/klass kommer att ha en gruppledare som följer gruppen under tävlingen, gör upprop, har information om poängställning, när nästa gren startar och svarar på frågor. Om du vill avbryta tävlingen säger du till din gruppledare samt går upp till sekretariatet och meddelar att du avbryter tävlingen.

### CALLING

Obligatorisk Calling sker 30 minuter före första gren på ytan framför kastväggen i Telekonsult Arena. Kontroll sker av medhavd väska, tävlingsdräkt, tävlings skor, reklam och nummerlapp. För resterande grenar ska du vara vid grenen senast 10 minuter före grenstart.

Nästa gren startar tidigast 30 minuter efter att föregående gren avslutats. Samlingstid inför nästa gren meddelas av gruppledaren och speaker samt genom anslag på kastväggen så snart som möjligt efter att föregående gren är avslutad.

## PRISUTDELNINGAR

För de tre främsta i varje gren kommer prisutdelningen att genomföras direkt efter avslutad mångkamp. Prispallen är placerad på innerplan.

## TÄVLINGSBESTÄMMELSER

### PROTEST

Under pågående tävling ska 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. Överklagande av en grenledares beslut med anledning av en protest inlämnas skriftligt till sekretariatet (upp för spiraltrappan) senast 30 minuter efter kungjort (ev. ändrat) resultat tillsammans med en deposition på 500 kronor (kort och Swish). Depositionen återbetalas om överklagandet godkänns av juryn. Juryn behandlar överklagandet och meddelar beslut så snabbt som möjligt. Juryn består av ordförande **Anton Bertilsson (ordf.), Bengt Andersson och Ulrik Mattisson**. Telefonnummer till juryn finns i sekretariatet.

### ALLMÄNT

Reglementsenslig tävlingsdräkt skall bäras. Observera att gällande regler för storlek på reklam på tävlingsdräkt gäller både på överdel och på underdel. Det är inte tillåtet att använda mobiltelefon, videokamera eller laptop inom tävlingsområdet. Inga ledare, tränare eller motsvarande samt icke-ackrediterade fotografer får vara på innerplan. Tävlingsområdet är rundbanan och området innanför.

Samtliga anmälda i K22, F19 och M22 deltar i seniorklasserna: seedning av löpgrenar som går i flera heat inkluderar hela seniorstartfältet, inte juniorklasserna separat.

### LÖPNING

SFIF:s representant ansvarar för mästerskapets heatindelning och banlottning. Aktuella heatindelningar/banlottningar anslås [easyrecord.se](http://easyrecord.se). Regler för heatindelning, banlottning och banornas ranking hittar du på [www.friidrott.se](http://www.friidrott.se). Notera att Telekonsult Arena har 8 banor på 60 meter och 6 på rundbanan.

### HÖJD

M/M22, P16, K/K222/F19 och F15 hoppar i två parallella pooler vid 13 eller fler avprickade deltagare.

Genomgångshöjd i höjdhopp är 155 cm. Det är höjning/sänkning med 3 cm från denna höjd.

Observera att det är förbjudet med markeringar på banan med exempelvis färg/krita/magnesium. Max två markeringar per tävlande är tillåtet.

### STAV

P16 avgörs i två parallella pooler vid 13 eller fler avprickade deltagare.

Genomgångshöjden i stav är 303 cm. Det är höjning/sänkning med 10 cm från denna höjd.

Ansatsmarkeringar finns att låna. Observera att det är förbjudet med markeringar på banan med exempelvis färg/krita/magnesium. Max två markeringar per tävlande är tillåtet. Stavpluggar av svart gummi är ej tillåtna. Endast stavpluggar av plast är tillåtna. Stavpluggar finns att köpa i Telekonsult Arena.

### LÄNGD

P16, F15 och K/K222/F19 genomförs i två parallella pooler vid 13 eller fler avprickade deltagare.

Ansatsmarkeringar finns att låna. Observera att det är förbjudet med markeringar på banan med exempelvis färg/krita/magnesium. Max två markeringar per tävlande är tillåtet.

## KULA

I kula genomförs tävlingen med järnkulor.

## STARTTIDER OCH GRENPROGRAM

Alla starttider i tidsprogrammet utom första grenen på dagen är preliminära och starttid för nästa gren kommer att meddelas kontinuerligt. Män/M22 kommer ha en längre paus mellan längd och kula.

LÖRDAG	FÖRSTA START	AVPRICKNING	PREL SLUTTID	GRENORDNING
M/M22	10:50	09:50	18:00	60-längd-kula-höjd
P19	10:20	09:20	14:45	60-längd-kula-höjd
P17	12:10	11:10	18:00	60-stav-längd
P16	10:30	09:30	14:15	60-stav-längd
P15	12:20	11:20	17:30	60-stav-längd
F17	11:30	10:30	16:45	60h-höjd-kula-längd-600
F16	11:20	09:40	17:45	60h-höjd-kula-längd-600
F15	10:00	09:00	16:15	60h-höjd-kula-längd-600

SÖNDAG	FÖRSTA START	AVPRICKNING	PREL SLUTTID	GRENORDNING
M/M22	10:50	-	15:15	60h-stav-1000
P19	10:30	-	14:00	60h-stav-1000
P17	11:30	-	17:00	60h-höjd-kula-800
P16	09:00	-	13:45	60h-höjd-kula-800
P15	11:50	-	16:15	60h-höjd-kula-600
KS/K22/F19	10:00	09:00	16:45	60h-höjd-kula-längd-800

## ÖVRIGT

### DOPNINGSKONTROLLER

Ett antal slumpvisa dopingkontroller kan komma att genomföras under mästerskapet. Observera att vid svenska rekord (även juniorrekord) och mästerskapsrekord krävs att den aktive testas senast dygnet efter för att rekordet ska godkännas.

### TEKNISK DELEGAT, HEAT-/POOLINDELARE OCH TÄVLINGSLEDARE

Dessa är utsedda av SFIF: Teknisk Delegat **Kjell Ahnstedt**. Heat-/poolindelare: **Kjell Ahnstedt**. Tävlingsledare är **Martin Joabsson**, IFK Växjö.

### FRÅGOR

Kontakta IFK Växjös kansli 0470-16116 eller [info@ifkvaxjo.se](mailto:info@ifkvaxjo.se)