



HANVIKENS SK

FRIIDROTT



PM

Distriktsfinalerna 2026

12-14:åringar

(ungdomar födda 2012-2014)

Trollbäckens IP (Tyresö) 29-30 augusti

Hanvikens SK Friidrott hälsar aktiva och ledare välkomna till 2026 års
Distriktsmästerskap för 12-14 åringar



★ GLÄDJE / GEMENSKAP / UTVECKLING



Tävlingsplats: Trollbäckens IP, Hanviken. (Skolvägen 33, 135 53 Tyresö)

Parkering: Finns öster om friidrottsarenan framför Fontana ishall. Undantag och tillfälliga parkeringsytor kan komma att distribueras på plats av ansvarig funktionär.

Startlista och tidsprogram

Hemsida, hanvikenssk.myclub.se/friidrott/

EasyRecord, <https://www.easyrecord.se/info?c=2f8Dtt>

Nummerlappar

Hämtas i informationstältet vid Fontanahallen på Trollbäckens IP.

Nummerlapparna används båda dagarna.

Efteranmälan

Kan göras i mån av plats. Sker på EasyRecord eller på plats i informationstältet. Efteranmälan görs senast 90 minuter före grenstart och kostar 260 kr/gren.

Avprickning

Sker senast 60 minuter före grenstart via EasyRecord i samtliga grenar och klasser (endast försök i löpningen). Ange års/säsongsbästaresultat, om detta inte redan har angivits i anmälan för rättvis heatindelning. Seedning sker efter angivna årsbästa- alternativt personbästa tiderna. Ej avprickad deltagare kommer inte att tillåtas starta.

Tävlingsbestämmelser

Tävlingsdräkt/klubbkläder ska bäras. Nummerlapp ska bäras väl synligt enligt SFIF:s tävlingsbestämmelser.

Sjukvårdare

Finns på plats under tävlingen.

Uppvärmning

Kan göras runt om idrottsplatsen, ej på fotbollsplanerna.

Observera: Endast tävlande i pågående gren och funktionärer får befinna sig på innerplan.

Omklädningsrum

Omklädning sker hemma, inga omklädningsrum är öppna under tävlingen.

Upprop

Sker 15 minuter före start vid respektive tävlingsplats. Upprop för löpgrenarna 10 minuter före start vid respektive startplats.

Löpning

I samtliga löpgrenar där försök och final genomförs (60/80 meter och 60/80 m häck) sker vidareavancemang via tid. Vid fler än 18 startande kommer B-finaler genomföras i dessa klasser. Vid sex (6) eller färre avprickade på 60/80m och 60/80m häck gäller att final utgår helt och final genomförs på försökstiden.

Vid längre löpningar sker starten på gemensam bana.

Häcklöpning

I klasserna FP12 och FP13 genomförs 200 m häck med 5 häckar.

Teknikgrenarna

I längd, tresteg, kula, diskus, slägga och spjut har samtliga tävlande tre försök. De åtta bästa från distriktet får ytterligare tre försök.

Längd/tresteg:

FP12 och FP13: Hoppzon längd + tresteg. I tresteg tejpas zon mellan 10-9, 8-7 och 6-5 m.

FP14: I tresteg tejpas plankor på 9 och 7 m.

Höjningsschema

Höjd

F12: 105-110-115-120-124-128-132-135 + 3 cm

P12: 105-110-115-120-124-128-132-135 + 3 cm

F13: 110-115-120-125-129-133-137-140 + 3 cm

P13: 110-115-120-125-129-133-137-140 + 3 cm

F14: 115-120-125-130-134-138-142-145 + 3 cm

P14: 115-120-125-130-134-138-142-145 + 3 cm

Stav

F12: 110-130-150-170-190-210-225-240-250-260-265 + 5 cm

P12: 110-130-150-170-190-210-225-240-250-260-265 + 5 cm

F13: 120-140-160-180-200-220-235-250-260-270-275 + 5 cm

P13: 120-140-160-180-200-220-235-250-260-270-275 + 5 cm

F14: 150-170-190-210-230-245-260-270-280-285 + 5 cm

P14: 170-190-210-230-250-270-285-300-310-320-325 + 5 cm

Krock mellan grenar

Om tävlingar krockar med varandra följer vi regelboken. Löpargren har alltid företräde och en aktiv kan gå ifrån en teknikgren för att springa. Teknikgrenen fortsätter dock och den aktive kan genomföra sitt försök så länge inte nästa omgång har inletts. Om nästa omgång inletts räknas det som att man står över den omgången.

Aktiv som måste gå mellan olika grenar SKA kontakta GRENLEDARE för att komma överens om eventuell flytta sin startordning för att kunna hinna med flera försök i respektive gren.

Egna redskap

Egna redskap är tillåtna under förutsättning att de godkänns vid invägningen/kontrollmätningen. Invägning sker vid redskapsförrådet, i höjd med mållinjen. Redskap ska lämnas in senast 60 minuter innan grenstart.

Prisutdelning

Mästerskapsmedaljer delas ut till de tre bästa aktiva från distriktet Gotland/Stockholm i varje gren.

Protest

Görs till ansvarig grenledare. Protest kan lämnas av aktiva eller ledare som företräder aktiv. Skriftlig protest lämnas till informationstältet senast 30 minuter efter det att grenens resultat kungjorts. Protestavgift 300 kr (Swish 1234963757). Avgift återfås om protesten godkänns.

Resultat: Resultat anslås på EasyRecord, www.easyrecord.se

Tävlingsledning: Patrik Niklasson, Jens Johansson