



Stockholmskampen



i friidrott 12-13 år 2019

Inbjudan/PM Stockholmskampen den 22 maj, Deltävling 2, Björknäs IP

Varmt välkomna till deltävling 2 av Stockholmskampen.

Tävlingen består av fyra deltävlingar och totalt 12–13 individuella grenar samt 3–4 stafetter. Till slut koras en segrande förening i lagtävlingen i respektive åldersklass. Under de tre första deltävlingarna kommer tävlingen genomföras uppdelad i en söder- respektive norrgrupp, i fjärde deltävlingen delas lagen in efter placering efter de tre första deltävlingarna. Vi hoppas att alla aktiva vill delta i så många grenar som möjligt och på så sätt samla poäng till laget, samtidigt som man samlar ihop till en individuell sju- eller tiokamps-medalj.

Åldrar: 12–13 år (födda 06–07)

Södergruppen består av:

Hellas/Boo, Hammarby, Hanviken/Österhaninge, Huddinge och Mälarhöjden

Deltävling 2:

- **Onsdag 22 maj** – Björknäs IP, Björknäs Skolväg, Saltsjö-Boo
Arrangör: Hellas friidrott, Mälarhöjdens IK och Boo IF
Första start: prel 17.45 (kan tidigareläggas)
Grenar: - FP12 Diskus, tresteg, 5x60m
- FP13 Slägga, 600m, 5x60m

Anmälan till jeanette@hellasfriidrott.se senast den 15 maj 2019.

Se bifogade blanketter i mejlet för laguppställning, funktionärslista m m.

Antal deltagare per gren: Fritt, men minst fem för fullt antal deltagarpoäng

Avprickning: Respektive lag hämtar sitt kuvert med info och nummerlappar i sekretariatet. Deltagarlistan måste uppdateras – stryk dem som inte har kommit och lägg till nya namn.

De klubbar som 2019 ingår i Stockholmskampen är följande:

Förutom de tidigare klubbarna, Huddinge, Hammarby, Täby, Hässelby, Lidingö och Tureberg är även Bromma, Mälarhöjden, Hanviken/Österhaninge, Hellas/Boo och Danderyd med.

Förutsättningar:

Vad förväntas av din förening för att delta?

- Ställa upp med minst 10 funktionärer under varje deltävling.
- Ansvara för arrangörskapet för en deltävling tillsammans med en annan förening.
- Tillsammans med övriga föreningar arrangera finaltävlingarna
- Varje förening ska ha en representant som förväntas delta på planerings- och informationsmöten.
- Att ungdomarna innan varje deltävling har fått träna de olika grenarna.

Ekonomi:

Alla kostnader för Stockholmskampen delas lika mellan deltagande föreningar. Kostnaden har legat på ca 3500 kronor per det senaste året för alla matcherna!

Det kan finnas möjlighet att söka bidrag från Idrottslyftet under 2019.

Antal deltagare per gren: Fritt, men minst fem flickor respektive fem pojkar för fullt antal deltagarpöäng. Det är tillåtet för en deltagare att delta i samtliga grenar.

Poängberäkning:

Poängen får man genom dels deltagarpöäng och dels resultatpoäng.

Deltagarpöäng: 1 poäng per deltagare upp till max fem deltagare delas ut i varje gren (alltså max 5p för flickor och 5p för pojkar i varje gren). Gäller även stafett.

Resultatpoäng räknas sammanlagt på norr- och södertävlingarna. Poängen delas ut så att vinnande klubb i varje gren får så många poäng som antalet deltagande klubbar. Exempel: Vid tolv deltagande klubbar får bästa klubb 12p, tvåan 11p osv...

Högst resultatpoäng får det lag som har högst sammanlagd placeringspoäng.

Placeringspoäng utdelas till de fem högst placerade deltagarna från respektive klubb.

Exempel: Vid tolv deltagande klubbar får 1:an i varje gren 60 placeringspoäng, 2:an får 59p osv...

Ett lag som har fem deltagare och vinner grenen får alltså 17p, medan ett lag som har fem deltagare och kommer sist får 6p. Ett lag som inte har någon deltagare i en gren får 0p i grenen. Poängen från de fyra deltävlingarna kommer läggas ihop till en sammanlagd slutpoäng.

Priser:

Priser delas ut efter deltävling fyra.

Lagpriser: 1:an-3:an vinner en pokal.

Individuella priser: 10-kampspris för deltagande i minst 10 individuella grenar. 7-kampspris för deltagande i 7-9 individuella grenar.

Funktionärer:

Arrangörsföreningarna står för huvudfunktionärer i form av:

- Starters
- El-tidtagning
- Teknisk ledare
- Sekretariat
- Grenledare
- Sjukvårdare
- Eventuella andra huvudfunktionärer som behövs för cafeteria, prisutdelning etc.

OBS!! Alla föreningar (inklusive arrangörer) ska ställa upp med 10 grenfunktionärer per förening och deltävling. Dessa skall förnamnas till arrangören. Se bifogad

Funktionärkallelse

Grenprogram och preliminärt tidsprogram

OBS! Preliminärt tidsprogram

Deltävling 2 inomhus: Södra 22/5 Björknäs IP

Adress, Björknäs skolväg, Nacka

Grenar: • FP12 – Tresteg, Diskus, 5x60m • FP13 – 600m, slägga, 5x60m

	5x60m	600m	Tresteg	Slägga	Diskus
17.45				F13 (P1)	F12 (P1)
18.00	P13		P12		
18:30		P13		F13 (P2)	F12 (P2)
19:00	P12			F13 (P3)	F12 (P3)
19:30	F13		F12	P13 (P1)	P12 (P1)
20:00		F13		P13 (P2)	P12 (P2)
20:30	F12			P13 (P3)	P12 (P3)

Poolindelningar och ev uppdaterat tidsprogram publiceras efter anmälningstidens utgång.

Ovan är ett mycket preliminärt tidsprogram.

Grenregler:

Representationsbestämmelser:

Klasserna är åldersbundna.

Tjejer respektive killar kan INTE tävla i varandras klasser, inklusive stafettlag.

OBS! I stafett kan man dock ställa upp utom tävlan med ett mixedlag där man antingen kan mixa ålder, kön eller klubbar och då få deltagarpoäng för de som tillhör rätt klass och klubb.

Om man har fyra 13-årsskillar kan man t ex låna in en tjej och få fyra deltagarpoäng, men inga resultatpoäng.

Löpning:

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

600m

Gemensam start i båge, ca 12 löpare per heat. Heatindelning enligt insända tider vid inlämnade av laguppställningen (senast 15 maj). Heaten görs i förväg.

Stafett:

Varje lag får ställa upp med flera stafettlag i varje åldersklass. I den mån det behövs för att alla i laget ska kunna springa stafett är det tillåtet för löpare att delta i två lag. Samma stafettlag får däremot INTE springa två gånger.

5x60m

Nya regler för stafett där zonen är 30m. Orange markering gäller.

Alla deltagande klubbar har ansvar för en växel var:

Växel 1 Hanviken

Växel 2 Hammarby (zonen börjar vid 200m start)

Växel 3 Huddinge

Växel 4 Mälarhöjden

Laguppställning ska vara inlämnad minst en timme innan start.

Tresteg:

Hoppzon, 3 hopp – alla får ett inhopp.

Zoner 5,5 – 6,5 eller 7–8.

Groparna ligger jämsides i samma vindriktning

Vindmätare kommer ej att användas

Diskus/Slägga

3 försök, varje kastare gör alla tre försöken direkt efter varandra där det längsta mäts.

Alla får ett inkast innan tävlingen startar. Tävlingen genomförs i tre ev två pooler beroende på antalet startande.

Diskus: alla klasser kastar med 0,6 kg

Slägga: 2 kg för 13 och 3kg för P13

Invägning av egna kastredskap minst en timme i förväg

Förtäring

Enklare servering kommer att finnas.

Laguppställning

Laguppställning ska skickas till jeanette@hellasfriidrott.se **innan den 15 maj 2019**.

Se bifogad blankett för laguppställning.

Nummerlappar

Nummerlappar hämtas klubbvis i sekretariatet

Efteranmälan tas emot på respektive tävlingsplats. Efteranmälan för löpning anmäls vid sekretariatet och starten. Nummerlapp hämtas i sekretariatet

Funktionärer

Lista från resp klubb önskar snarast möjligt, dock senast den 15 maj till

jeanette@hellasfriidrott.se.

Varmt välkomna**Arrangör**

Hellas FK, Mälarhöjdens IK och Boo Friidrott