

PM FÖR:

# Quality Hotel™ GAMES



## I TELEKONSULT ARENA 19–21 JANUARI 2024

Drygt 2200 starter anmälda och det höga antalet starter ställer stora krav på att alla medverkar till att vi kan hålla tidsprogrammet. Dvs. var på rätt plats vid rätt tid och var förberedd. Det är också extra viktigt att alla tävlande verkligen prickar av sig, observera att avprickning endast sker online, se mer info nedan. På tävlingsplatsen (vid grenen) kommer det att finnas en mycket begränsad tid för förberedelser. På sprintsträckorna innebär det att man ställer in blocken och gör max en provstart. I uppvärmningshallen finns goda möjligheter till förberedelser!

### ALLMÄN INFORMATION

**TÄVLINGSARENA** är Telekonsult Arena, Hejaregatan 9, Växjö.

**ÖPPETTIDER** för Telekonsult Arena är öppen på fredagen kl. från 16.00, lördag från kl. 08.30 och söndag från kl. 07.30.

**PARKERING** finns i anslutning till Telekonsult Arena, närmst är parkeringen norr om Telekonsult Arena, längs med Hejaregatan.

**OMKLÄDNINGSRUM** finns i Telekonsult Arena.

**TOALETTER** för aktiva och tränare finns både i uppvärmningsarenan och i Telekonsult Arena. I Telekonsult Arena finns det många toaletter bakom 60 m starten utöver de som är i omklädningsrummen.

**LÄKTARE** finns längs upploppet och det finns drygt 700 sittplatser. Ställ INTE era väskor upp på läktaren så får flera plats.

**ENTRÉ FÖR AKTIVA OCH TRÄNARE** sker vid entrén som ligger på den västra gaveln av Telekonsult Arena (den mot Värendsvallen, friidrott utomhus).

**KIOSK** kommer att finnas i Telekonsult Arena. **Betalning endast med Swish och kort.** Vi serverar bland annat pastasallad, lasagne/pastagrätäng, hamburgare, korv, frallor/baguetter. Vegetariska, glutenfria och laktosfria alternativ. För övrig specialkost ber vi er ta med mat eller besöka en restaurang. Medhavd mat får ätas i arenan.

### NUMMERLAPPAR, STAVINLÄMING

**NUMMERLAPPAR** Är packade föreningsvis och hämtas i området bredvid kiosken. Nummerlapparna kan hämtas på fredag kl. 17.30-20.00, lördag 08.45-14.45 och söndag 07.45-13.45. Övriga tider finns nummerlapparna att hämta i kiosken.

Deltagare från utländska föreningar betalar startavgiften i kiosken där även dessa nummerlappar finns. Nummerlappen ska fästas på tävlingströjan i brösthöjd. I höjd och stav alternativt på ryggen. Reklamtexten får inte vikas in.

**STAVINLÄMNING** För er som kommer på fredagen går det bra att lämna stavarna i arenan fram till kl. 20.30.

### INFÖR, UNDER OCH EFTER TÄVLINGEN

**EFTERANMÄLAN** endast i mån av plats, fram till 60 min före grenstart mot dubbel avgift. All efteranmälan görs på [easysport.se](https://www.easysport.se). Om du inte är anmäld i fler grenar sen tidigare hämtar du din nummerlapp i Sekretariatet som ligger upp för spiraltrappan vid längd 3.

**AVPRICKNING** skall ske senast 60 minuter före grenstart i alla grenar för alla åldersklasser, med undantag av seniorklasserna på 200 och 400 meter (120 min före grenstart), [se separat PM för dessa grenar](#). All avprickning sker online på

[easyrecord.se](http://easyrecord.se), avprickningen öppnar efter midnatt på respektive tävlingsdag. **Endast de som är avprickade kommer att få tävla.**

Återbud till final meddelas till sekretariatet en trappa upp i Telekonsult Arena.

**UPPVÄRMNING** sker utomhus eller i Sprinthallen som du når via en inomhuspassage från Telekonsult Arena.

**UPPROP** sker på grenens tävlingsplats i samtliga grenar 10 minuter innan grenstart vid grenens tävlingsplats. För lopp 200 meter och längre sker uppropet vid 60 metersstarten.

**PRISUTDELNINGAR** sker direkt i anslutning till avslutad gren. I klasserna 12–15 år är det pris till de 6 främsta, denna prisutdelning hålls på området vid omklädningsrummen, se separat tidsschema för dessa prisutdelningar. Pokal till de tre främsta och medalj till placering 4-5-6.

Enbart pris till segraren i respektive gren för 17–19 år och seniorer, detta pris delas ut av grenledaren vid tävlingsplatsen för grenen. Rekordpriser kommer delas ut på innerplan och speakern kommer kalla till dessa utdelningar.

**SJUKVÅRDSPERSONAL** kommer att finnas på plats under tävlingarna. De har sin bas i vid målet på 60 meter.

**RESULTATEN** publiceras live på [easyrecord.se](http://easyrecord.se). Inga resultat anslås i arenan. Vid felaktigheter kontakta sekretariatet.

**WEBBSÄNDNING** från tävlingen kommer att ske på [friidrottskanalen.se](http://friidrottskanalen.se).

## TÄVLINGSREGLER FÖR QUALITY HOTEL GAMES

**INNERPLAN** är endast till för de aktiva som för tillfället tävlar samt funktionärer och fotografer med ackreditering. **Övriga håller sig utanför avspärrningarna.** Önskas innerplansaccess tas kontakt med tävlingsledaren.

**F12, F13, P12 OCH P13** alla deltagare har fyra försök vardera i längd och kula. Inga finaler i dessa klasser fördelar vi så att alla deltagare från samma förening hamnar i samma pool i längdhopp men **\*i höjdhopp delas poolerna efter deltagarnas SB/PB.**

**LÄNGDHOPP** för vissa klasser 14 år och äldre avgörs i två seedade pooler där finalhoppningen avgörs i en grop. Behövs det ny inhopning för någon som behöver byta grop inför finalhoppningen ges det möjlighet till det enligt överenskommelse med grenledaren.

## HEATINDELNING OCH BANLOTTNING

Heatindelning och banlottning sköts av representant i sekretariatet.

**Heatindelningar/banlottningar** Dessa anslås på [easyrecord.se](http://easyrecord.se) ca 30 minuter före respektive grenstart. *Se separat info för kvinnor och män 200 m och 400 m.*

På 60 m och 60 m häck går de 8 främsta tiderna till final. Vid fler än 3 försöksheat avgörs även en B-final för försökstiderna 9–16. Vid max 8 avprickade på 60 m och 60 m häck i seniorklasser samt P19 avgörs finalen direkt på försökstiden och extralopp erbjuds på finaltiden.

A-finalerna går först på distanserna 200 m, 400 m, 800 m, 1000 m och 1500 m.

### Seedning

- görs på alla lopp där det inte erbjuds någon final.
- i seniorklasserna sköts seedningen av Håkan Widlund på 200 m och 400 m, samt av Per Skoog på 800 m och 1500 m.
- i övriga klasser görs seedningen utifrån resultat angivet i startlistan.

### 200 meter

- För män och kvinnor 200 m används bana 2–6 (seedade 6-5-4-3-2).
- För övriga klasser används samtliga banor. Banorna är då seedade 4-3-5-6-2-1.

### 400 meter

- På 400 m används samtliga sex banor i alla åldersklasser och de är seedade 5-6-4-3-2-1.

**HÖJNINGSSCHEMA HÖJD**

<b>M</b>	171	181	186	190	194	197	200	202	204	206	+2
<b>P17</b>	146	152	157	162	166	170	173	176	178	180	+2
<b>P15</b>	130	138	145	151	156	161	165	169	172	175	+2
<b>P14</b>	122	130	137	143	148	155	155	158	161	164	+2
<b>P13</b>	117	125	132	138	143	147	150	153	156	159	+2
<b>P12</b>	112	120	127	133	138	142	145	148	151	153	+2
<b>K</b>	146	151	156	161	165	168	171	174	177	180	+2
<b>F17</b>	129	136	142	147	152	157	161	165	167	169	+2
<b>F15</b>	120	128	135	141	146	151	156	160	164	167	+2
<b>F13</b>	109	117	124	130	136	142	146	150	152	154	+2
<b>F12</b>	108	116	123	129	135	141	145	149	151	153	+2

**HÖJNINGSSCHEMA STAV**

<b>M</b>	399	419	439	454	468	482	+ 10 cm
<b>P17</b>	228	248	268	288	308	328	+ 10 cm
<b>P15</b>	142	162	182	202	222	242	+ 10 cm
<b>P13</b>	132	152	172	182	192	202	+ 10 cm
<b>K</b>	309	324	339	354	369	379	+ 10 cm
<b>F17</b>	205	225	245	255	265	275	+ 10 cm
<b>F15</b>	187	207	217	227	237	247	+ 10 cm
<b>F13</b>	122	132	142	152	162	172	+ 10 cm

För de som vill gå in på lägre höjd än angiven lägsta höjd i höjningsschemat sänker vi med samma antal centimeter som mellan de två första angivna höjderna i höjningsschemat till den ingångshöjd som önskas. Meddela grenledaren vilken höjd ni vill gå in på.

**TRESTEGSPANKOR** finns på längd/tresteg 2 på 11 och 13 m, samt målad plankor på 9 m. På längd/tresteg 1 (F14, F15 och P15) finns plankor på 9.30 m samt målad plankor på 7 m. Ange vid avprickningen vilken plankor du vill hoppa från.

Vid **STAV, LÄNGD, TRESTEG OCH HÖJD** finns ansatsmarkeringar att låna. Observera att det är förbjudet att göra markeringar på banan med exempelvis krita/magnesium.

**HÖGSTA TILLÅTNA SPIKLÄNGD** är 7 mm förutom i höjd där man får ha 9 mm.

**STAVPLUGGAR** av svart gummi är ej tillåtna. **STAVPLUGGAR** av plast är tillåtna.

**EGNA REDSKAP** skall lämnas för invägning/mätning senast en timme före grenstart. Redskapen lämnas i en låda vid kastväggen. De invägda redskapen hämtas ut på samma ställe efter avslutad tävling.

**FRÅGOR**

**TÄVLINGSLEDARE** är **Martin Joabsson**, IFK Växjö, martin.joabsson@gmail.com.

**FRÅGOR BESVARAS** av IFK Växjös kansli 0470–16116 eller [info@ifkvaxjo.se](mailto:info@ifkvaxjo.se).

**\*Ny info – uppdaterad 2024-01-15**