

Grattis och välkomna till riksfinalen i KRAFTMÄTNINGEN 7-8 september 2013



Kraftmätningen är en satsning på laganda och mångsidighet för friidrottare i nedre tonåren. Med en lagtävling som attraktivt tävlingsmål för fler än de allra bästa hoppas vi att fler ska välja att fortsätta friidrotta längre.

Ni har tagit er igenom kvalomgången och snart är det dags för riksfinalen som avgörs i Huddinge den 7-8 september 2013.



Tävlingsbestämmelser

Lagsammansättning

Ett mixlag består av minst 6, högst 16 aktiva, varav minst 3, högst 11 av varje kön. födda 1998–00, (Högst en pojke och en flicka får vara född 2000.). Mixlag deltar i samtliga tävlingsklasser (mix+flick+pojke) och kan starta i söndagens stafett.

Ett flick- eller pojklag består av minst 3, högst 11 deltagare. födda 1998-00. (Högst en deltagare får vara född 2000.)

Grenprogram

Pojkar 15 800 m, 100 m häck, höjd, längd, kula och spjut

Flickor 15 800 m, 80 m häck, höjd, längd, kula och spjut

Stafett 6x200 m (3 pojkar + 3 flickor, gäller endast mixade lag) på Stockholms Stadion

I individuella **löpgränar** blandas poolerna och deltagarna delas in i så jämna heat som möjligt.

Ange därför pers i anmälan

Alla teknikgrenar genomförs i fyra pooler (se nedanstående indelning).

I höjd genomförs höjningar med 4 cm från lägsta till högsta höjd. Grenen genomförs på tre bäddar per pool, där önskad ingångshöjd avgör om man hoppar på "lägre", "mellan" eller "högre" bädd. "Genomgångshöjder" är 1,45 för flickor och 1,55 för pojkar,

Längd, kula och spjut genomförs i tre omgångar.

I stafetten springer pojkar på sträcka 1, 3 och 5, flickor på sträcka 2, 4 och 6. De lag som ligger på plats 1-8 efter de individuella grenarna startar i första heatet och de lag som ligger på plats 9-16 i heat 2. Startlinjer för 400 m används, och löparna går in på gemensam bana efter 300 meter. (Första växlingen sker alltså på skilda banor.)

Erbjudandet om fritt boende och mat samt biljetter till Finnkampen söndag gäller för...

Mixlag: Högst 16 aktiva och 3 ledare

Flicklag: Högst 11 aktiva och 2 ledare

Pojklag: Högst 11 aktiva och 2 ledare

Inkvartering

Sker på hårt underlag i Källbrinksskolan Källbrinksvägen 55 Huddinge

Måltider lördag: Frukost, lunch, middag Söndag: Frukost, lunch

Resebidrag

Som vanligt är det så att de lag som har längre än 50 mil enkel resa till Huddinge har rätt till ett resebidrag, som kommer att betalas ut i efterhand. Beloppen är 600:-/person (aktiv+ledare) för lag som reser mellan 50 och 70 mil och 800:-/person (aktiv+ledare) för lag som reser längre än 70 mil enkel resa.

För er som vill boka tåg- eller flygresor i god tid rekommenderar jag att ni bokar så att ni är framme i Stockholm senast 19.00 på fredagen.

Poängberäkning

För att räkna ut lagets poäng används 1999 års utgåva av mångkampstabellerna för pojkar och flickor 14-15 år, kompletterat med en tilläggsstabell för stafett 6x200 m.



SVENSK FRIIDROTT

Poolindelning och tidsprogram

Baserat på uppnådda poäng i kvalomgången delas finallagen in i fyra pooler. Poolindelningen används främst för att skapa förutsättningar för ett bättre tidsprogram.

Gul pool (lag 1–5 i kvalomgången)

Täby IS röd, Hammarby IF, Linköpings GIF, Täby IS blå, IFK Växjö

Röd pool (lag 6–10 i kvalomgången)

Malmö AI, Hässelby SK, IF Göta, Örgryte IS, IK Ymer

Blå pool (lag 11–16 i kvalomgången)

IFK Tumba, IFK Helsingborg, IK Norrköping, Upsala IF, Sundsvalls FI, Piteå IF

Grön pool (resterande flick- resp. pojklag)

Flickor: Göteborgs Kvinnliga IK, Östersunds GIF, Turebergs FK, Ljungby FIK

Pojkar: Huddinge AIS, Hellas FK, Habo FI-04, Tranås AIF

Tidsprogram Lördag					
Kl.	Löpning	Höjd	Längd	Kula	Spjut
09.30		F15 Blå	P15 Röd	F15 Gul	P15 Grön
10.50		F15 Röd	P15 Blå	F15 Grön	P15 Gul
12.20	F15 80 Häck		P15 Grön		P15 Röd
13.40	P15 100 Häck	F15 Gul		F15 Blå	
15.00		F15 Grön	P15 Gul	F15 Röd	P15 Blå
16.30	800 m F15				
17.30	800 m P15				

Tidsprogram Söndag					
Kl.	Löpning	Höjd	Längd	Kula	Spjut
08.40		P15 Röd	F15 Gul	P15 Blå	F15 Grön
09.50		P15 Gul	F15 Grön	P15 Röd	F15 Blå
11.00		P15 Blå	F15 Röd	P15 Grön	F15 Gul
12.10		P15 Grön	F15 Blå	P15 Gul	F15 Röd
C:a					
13.15		Avfärd till Stockholms Stadion			
14.55	Stafett mix	Stockholms Stadion			

Prisutdelning i mixklassen genomförs på innerplan på Stadion, snarast efter genomförd stafettlöpning.
Prisutdelning i flick- och pojkklassen något senare på läktaren.

Hela helgens program

Fredag 6 september

- Under fredagen anländer lagen till Huddinge. Incheckning på Källbrinksskolan kan ske från klockan 17.00.
- Klockan 20.00 genomförs ett lagledarmöte i Källbrinksskolan

Lördag 8 september

- **Frukost** serveras på Källbrinksskolan mellan 8.00 och 10.00
- 09.30 Start på första tävlingsdagen
- **Lunch** serveras på Källbrinks IP mellan 12.00 och 15.00
- 18.00 (ca) Slut på första dagens tävlingar
- **Middag** serveras på Källbrinksskolan mellan 18.00 och 20.00

Söndag 9 september

- På morgonen städar lagen där de bott i skolan. Lokalerna ska vara utrymda senast 10.00.
- **Frukost** serveras på Källbrinksskolan mellan 7.00 och 9.00.
- 08.40 Start för andra tävlingsdagen
- **Lunch** serveras på Källbrinks IP mellan 12.00 och 15.00
- C:a 13.15 Transport till Stadion
 - 14.55 Stafettlöpning 2 heat på Stockholms Stadion
- C:a 15.30 Prisutdelningen för alla klasser
- Lättare matpaket (smörgås och dricka) delas ut inför resan till Stadion.

Anmälan

Anmälan till finalen i Kraftmätningen sker i två steg:

Senast den 5 augusti behöver arrangören ha följande uppgifter:

- Besked om färdssätt – hyrd buss, tåg eller annat – samt ungefärlig ankomsttid till Huddinge på fredagen och planerad avresetid. Källbrinksskolan nås med buss 704 från Huddinge Station alt Flemingsbergs station resp T-banan Fruängen
- Adress: Källbrinksvägen 55, 141 31 HUDDINGE
Skickas till: Lena Löschner lena.loschner@scandichotels.com

- 1) Namn och kontaktuppgifter till ansvarig ledare.
- 2) Prel antal deltagare och ledare pr lag
- 3) Ev matallergier etc
- 4) Finns egen buss / bilar för egen transport till Stockholms Stadion 20 km på söndag em
Om laget (delar av laget ej önskar komma till Stadion vv meddela detta

Senast den 28 aug anmälan med preliminär laguppställning. www.huddinge-friidrott.org
Kraftmätningen **Anmälan:** Ange **personbästa** i Höjdhopp, häck och 800 m för att underlätta seedning. Löpare utan tid placeras i de sämsta heaten.

Upplýsingar om finalen i Kraftmätningen

Svensk Friidrott: Daniel Bergin, 010-476 53 36, daniel.bergin@friidrott.se
Tävlingsledare: Per Öhrland, 070-675 87 99, per.ohrland@hotmail.com
Mat/boende: Lena Löschner, 070-973 56 40, lena.loschner@scandichotels.com