

PM för USM i löpning

Norrköpings Friidrottsarena
29-30 augusti 2020

På uppdrag av Svenska Friidrottsförbundet hälsar Tjalve IF välkomna till Norrköpings Friidrottsarena och USM i löpning. Vi vill att ledare och tävlande läser nedan upplysningar noggrant då detta blir ett annorlunda USM med tanke på Covid-19. Det krävs att vi alla tillsammans genomför mästerskapet på ett säkert och korrekt sätt.

Tack och välkomna till Norrköping!

Norrköpings friidrottsarena hittar ni på Himmelstalundsområdet i Norrköping. Det finns gott om parkeringar i anslutning, antingen på grusparkeringen direkt framför arenan eller på den större asfalterade parkeringen vid Stadium Arena (inomhusarena för friidrott). Då arenan är nybyggd kan det i vissa digitala kartor vara enklare att söka efter Stadium Arena.

Tidsprogram finns på <https://www.tjalve.nu/FRIIDROTT/varaarrangemang/USM2020/> där du även finner annan info kring arrangemanget.

Slutgiltiga deltagarlistor presenteras på <https://register.webathletics.se/entrylist/113> under tisdag fm 25/8.

Grenar som vid sista anmälningssdag innehåller 16 deltagare blir helt stängda för efteranmälan, dessa grenar presenteras på tävlingens hemsida, se ovan.

Efteranmälan är öppen för grenar med färre än 16 deltagare till och med 27/8 på sms till 0705115436 ange namn, åldersklass, klubb och gren. Avgiften är 400 kr och faktureras. Anmälan är godkänd när du får ett sms tillbaka. Ingen efteranmälan på plats.

Säkerställ att alla era resultat finns på friidrottsstatistik.se, om ditt resultat saknas kontakta tävlingsledaren Anna Palmerius anna.palmerius@gmail.com 0705115436.

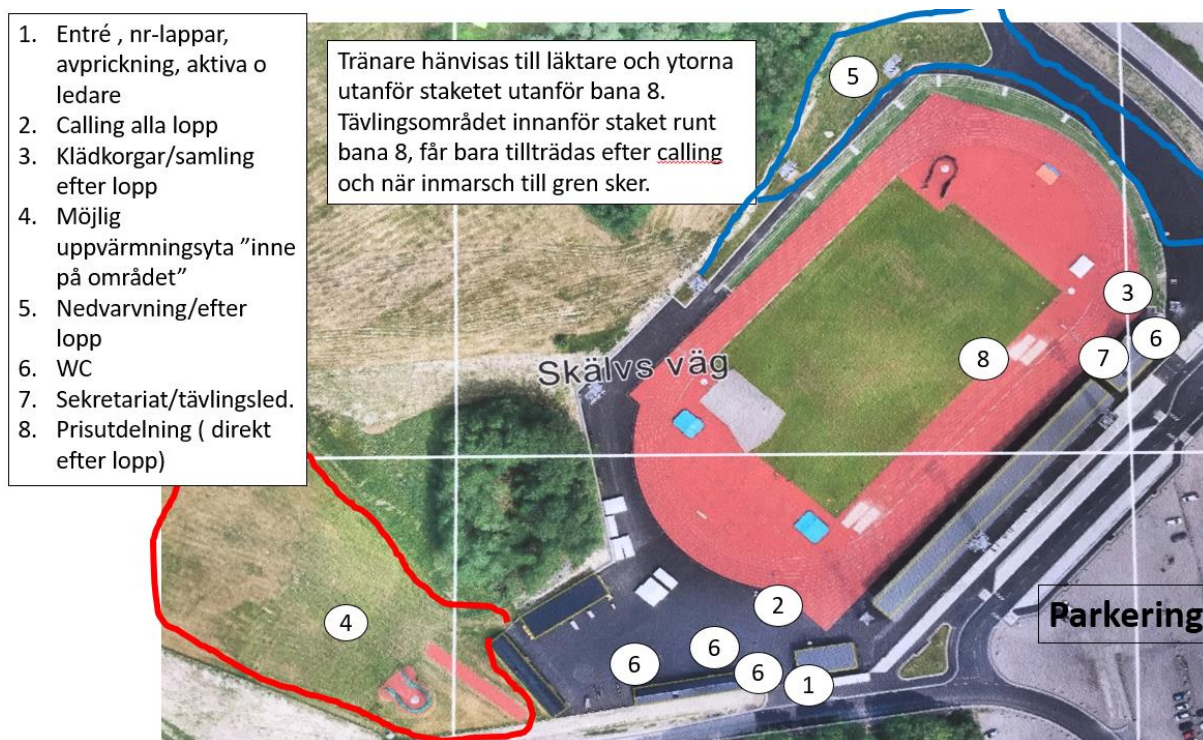
Strikt personlig ackreditering för tävlande, ledare, funktionärer och media kommer att gälla för tillgång till arenan. Ingen publik tillåts! Vi ber alla föreningar att arbeta för att minimera antalet medföljande ledare.

Arenan kommer att delas in i zoner vilket i viss mån påverkat tidsprogrammet och maxantal tävlande vid en viss tidpunkt. Aktiva och ledare måste följa de direktiv vi alla måste förhålla oss till.

Vi förbehåller oss rätten till ändringar om förutsättningarna eller gällande restriktioner ändras!

Svenska Friidrottsförbundets medicinska kommitté kommer att ha närvaro på arenan och vid behov har de rätt att tillrättvisa personer inom arenans utrymmen. Var då snäll att följa hens instruktioner.

Avprickning är obligatorisk och sker i samband med passage in på arenan vid anvisad entré (1) enligt skiss nedan. Avprickning stänger 60 minuter före grenstart. Kommer du senare än så tillåts du inte starta. Du kan pricka av dig i flera grenar vid första passagen samma tävlingsdag men var då tydlig med detta.



Nummerlapp delas ut vid den aktives första passage in på arenan och ska bäras på bröstet. Reklam får ej vikas bort. Samma nummerlapp används i alla grenar under tävlingen.

Ackrediterad till tävlingsarenan är du efter avprickning fram till grenens avslut då du ombeds lämna arenan. Har du flera grenar så ombeds du i den mån det är möjligt att lämna området mellan dessa. Är du kvar på arenan, håll avstånd.

Ledarackreditering får man genom att anmäla namn på ledare eller tränare, med namn och förening samt vilka /vilken aktiv man följer ska ske på mail till kristen@tjalve.nu senast **torsdag förmiddag, 27 augusti**. **Notera att det är max en ledare per aktiv , och gärna en ledare på flera aktiva**. Som ledare ber vi dig att lämna arenan så fort din aktive har tävlat klart för att lämna utrymme för nästa tävlingsgrupp. Har du flera aktiva och är kvar på området så håll avstånd.

Ledare får placera sig runt om arenan, tänk på att hålla avstånd.

Uppvärmning sker främst utanför arenan eller på kastplanen bakom förråden.

Startlistor och **liveresultat** kommer att finnas på <https://live.webathletics.se/>

Grenupprop (Calling) sker på markerad plats (2), se skiss ovan. Grenar 80-400m, 20 minuter före grenstart. Grenar 800m och längre 30 minuter före grenstart. Vid upprop kontrolleras:

- **Den aktives personliga utrustning/tävlingsdress/nummerlapp**
- **Skosulans tjocklek enligt nya regler, se**
<https://www.friidrott.se/Regler/arenaskor20.aspx>.

Utmarsch från gren sker efter att du tagit hand om dina överdragskläder som finns vid tältet efter målgång. Lämna området så fort du kan.

Prisutdelning sker direkt efter avslutad gren där medaljörerna går tillsammans med funktionär till prisutdelningen. Vid eventuell protest eller överklagan av protest får de aktiva vänta på av grenfunktionären anvisad plats.

Protest ska alltid göras muntligt till löpledare. Kan göras under pågående tävling eller senast 30 minuter efter kungjorda resultat i grenen. Löpledarens beslut (oförändrat eller ändrat) kan överklagas till tävlingsjuryn. **Överklagan** ska göras skriftligt till tävlingsledningen i sekretariatet senast 30 minuter efter offentliggörande av löpledarens beslut. Avgift för överklagan är 500 kr (kontant eller Swish) som betalas tillbaka om överklagan medför ändrat domslut. Ring 0705115436 om du önskar överklaga en protest.

Officiella resultatlistor anslås endast digitalt på <https://live.webathletics.se/>

Omklädning sker hemma eller på hotell, omklädning på arenan tillhandahålls ej.

WC finns i olika områden på arenan och markeras med grön lapp på dörren.

Föreningstält är ej tillåtna inne på arenan på denna tävling.

Sjukvård kommer att finnas på arenan, huvudfunktionärer kan ropa via radio.

Handsprit kommer att finnas vid calling, start och på toaletter. Vänligen använd.

Dopingkontroller kan komma att utföras under helgen, vid behov av dopingtest vid eventuellt rekord vänligen kontakta Svensk Antidoping.

Ingen försäljning av mat och dryck kommer att finnas på Norrköpings Friidrottsarena. Vi rekommenderar ett besök hos ICA Kvantum fem diskuskast från arenan.

För löpgrenar gäller följande:

80m-200m (inkl. kort häck)

Vid max 8 avprickade: Final på finaltid

Vid 9-16 avprickade: Två försöksheat. Ettan och tvåan från varje heat vidare på placering + fyra tider.

300m-800m (inkl. lång häck)

Vid max 8 avprickade: Final i ett heat

Vid 9-16 avprickade: Final i A- och B-heat. Medaljerna går till de tre snabbaste löparna, oavsett om de sprang i A- eller B-heatet. B-heatet springer före A-heatet.

1500m (inkl hinder)

Vid max 12 avprickade: Final i ett heat

Vid 13-16 avprickade: Final i A- och B-heat. Medaljerna går till de tre snabbaste löparna, oavsett om de sprang i A- eller B-heatet. B-heatet springer före A-heatet.

2000m-3000m (inkl hinder)

Final i ett heat. Vid 13-16 avprickade används gruppstart för att minska trängsel i första kurvan.

Allmänna tävlingsregler

- Tävlingsdräkt från den tävlandes förening skall bäras
- Reklam på väskor och kläder kan komma att kontrolleras
- Endast tävlande och funktionärer på innerplan
- Tävlande som önskar lämna tävlingsområdet under pågående tävling för exempelvis toalettbesök meddelar grenledaren för godkännande

Vi ber alla föreningar att tänka på och följa de restriktioner och rekommendationer som gäller från myndigheterna. Detta innefattar resa, boende, måltider och övrigt umgänge utanför arenan. Håll avstånd och stanna hemma om du är sjuk eller visar symptom.

Generella uppmaningar från SFIF:s medicinska kommitté

- Planera och genomför resan och vistelse på tävlingsorten inom träningsgruppen, dvs de som tränar tillsammans reser och bor tillsammans.
- Övernattningar ska undvikas i möjligaste mån.
- Om det är möjligt bör man färdas på ett annat sätt än med allmänna färdmedel eller kollektivtrafiken, t.ex. bil eller minibuss.
- Vid längre bilresor samt resor till och från tävlingar över dagen bör flera förare utnyttjas för att minska olycksrisken.
- Den som behöver resa med allmänna färdmedel bör i första hand välja ett alternativ där det går att boka en sittplats, t ex tåg.
- Tag med och utnyttja handsprit flitigt i samband med resande.
- Tävlande och ledare kan dela rum inom träningsgrupperna i samband med inkvartering, men "logementsboende" ska undvikas.

- Efter ankomst till tävlingsorten ska tävlande och ledare vistas vid inkvarteringen eller tävlingsplatsen. Utnyttjande av kollektivtrafik och sociala kontakter utanför träningsgruppen ska undvikas. Avstå särskilt från kontakter med personer över 70 år.

- De tävlande ska så långt som möjligt ordna måltiderna i anknytning till inkvarteringen.
- Trängsel mellan människor i köer, vid bord, bufféer eller bardiskar får inte förekomma utan tävlande och ledare ska kunna hålla avstånd mellan varandra.
- Tävländare och ledare ska äta och dricka inom träningsgrupper sittandes vid bord. Personal bär ut beställningarna. Man kan hämta sin mat och dryck själva så länge som det inte leder till trängsel eller köer.
- Hämtmat kan utnyttjas som vanligt, så länge det går att göra utan trängsel.

Kontakt:

Krister Hultberg, praktiska frågor, allmänt: krister@tjalve.nu 076 83 13 459

Anna Palmerius, tävlingsledare , efteranmälan, startlistor: anna.palmerius@gmail.com
070 511 54 36

Medicinska kommitténs råd:

Tävlingar av denna typ innebär en markant ökad risk för smittspridning av covid-19 i Sverige. Detta är en situation som alla måste känna ett gemensamt ansvar för att hantera på ett klokt sätt.

Tävlingsarenorna kommer att delas in i zoner för uppvärmning, tävling och tränare. Arenan kommer bara att vara tillgänglig för tränare och aktiva under uppvärmningstid och tävlingstid. Ingen övrig publik kommer att tillåtas.

För aktiva och tränare från besökande föreningar gäller ett antal [råd om resor](#), [övernattningar](#) och [måltider](#) som kan minska risken för smittspridning av covid-19.

(Detta innebär bl.a. att vi ej får servera mat på arenan, och att omklädningsrum ej får vara öppna)