

Finlands Friidrottsförbund rf

Mästerskapsregler

Godkända av fullmäktige 23.11.2013

FM-tävlingar
RM-tävlingar



Gäller från och med 1.1.2014

FRIIDROTTENS MÄSTERSKAPSREGLER

	Sida
1. FINLÄNDSKA MÄSTERSKAPSTÄVLINGAR I FRIIDROTT	4
1.1 Tävlingstillfällen	4
1.2 Tidpunkter	4
2. MÄSTERSKAPSTÄVLINGARNAS ARRANGÖRER	5
2.1 Ansökningsprocedur	5
2.2 Förutsättningar för ansökan	6
2.3 Kalevaspelens offerter	9
3. MÄSTERSKAPSTÄVLINGARNAS EKONOMI	9
4. MÄSTERSKAPSTÄVLINGARNAS TÄVLINGS REGLER	10
4.1 Allmänt	10
4.2 Rätt att delta	11
4.3 Anmälan	15
4.4 Bekräftelse på deltagande	17
4.5 Försöksheat och kvalificering	18
4.6 Lagtävlingar i fältgrenar, mångkamper och gång	20
4.7 Av Suomen Urheiluliitto utnämnda funktionärer	21
4.8 Övrigt	21
5. MÄSTERSKAPSTÄVLINGARNAS SPECIALREGLER	22
5.1 Kalevaspelen	22
5.2 Terräng-FM	23
5.3 Stafett-FM	24
5.4 Maraton-FM	28
5.5 FM i landsvägslöpning	28
5.6 FM i landsvägsgång	29
5.7 Mästerskapen för klasserna H/D 22 (till 2015)	29
5.8 Mästerskapen för klasserna H/D 19 (till 2015)	31
5.9 Mästerskapen för klasserna H/D 22-19 (från 2016)	33
5.10 Mästerskapen för klasserna H/D 17-16	36
5.11 Mästerskapen för klasserna P/F 15-14	39
5.12 Mästerskapen i mångkamp	41
5.13 Hallmästerskapstävlingarna	43
5.14 Hallmästerskapen i mångkamp	48
5.15 Vintermästerskapen i långa kast	49
6. TÄVLINGARNA OM FM-VANDRINGSPRISEN	50
6.1 Kalevapokalen	50

6.2	Kultainen juoksija-statyetten	50
7.	REGIONMÄSTERSKAPSTÄVLINGARNA	51
7.1	Regionmästerskap för herrar och damer	51
7.2	Regionmästerskap i terränglöpning	51
7.3	Regionmästerskap i landsvägslöpning	52
7.4	Regionmästerskap i stafettlöpning	52
7.5	Regionmästerskapen i klasserna H/D 19-17	53
7.6	Regionmästerskapen i landsvägsgång	54
7.7	Övriga bestämmelser för regionmästerskap	54

1. FINLÄNDSKA MÄSTERSKAPSTÄVLINGAR I FRIIDROTT

1.1 Tävlingsstillfällen

Följande tävlingsstillfällen har finländsk mästerskapsstatus:

- ◆ Kalevaspelen (FM för herrar och damer)
- ◆ Terräng-FM
- ◆ Stafett-FM
- ◆ Maraton-FM
- ◆ FM i landsvägslöpning
- ◆ FM i landsvägsgång
- ◆ Mästerskapen för klasserna H/D 22 (till 2015)
- ◆ Mästerskapen för klasserna H/D 19 (till 2015)
- ◆ Mästerskapen för klasserna H/D 22-19 (från 2016)
- ◆ Mästerskapen för klasserna H/D 17-16
- ◆ Mästerskapen för klasserna P/F 15-14
- ◆ FM i mångkamp (H/D 22-19-17 och P/F 15-14)
- ◆ Hallmästerskapstävlingar för herrar och damer
- ◆ Hallmästerskapstävlingar för klasserna H/D 22-19-17
- ◆ Hallmästerskapstävlingar i mångkamp
- ◆ Vintermästerskapen i långa kast

1.2 Tidpunkter

Man försöker arrangera de finländska mästerskapen enligt nedanstående schema. SUL:s tävlingsutskott har rätt att bl.a. på grund av orsaker förorsakade av den internationella tävlingskalendern besluta, att mästerskapstävlingarna kan arrangeras även vid andra tidpunkter.

SUL:s tävlingsutskott beslutar alltid om datum för mästerskapen.

Rekommenderade tidpunkter:

I februari - mars

- ◆ Hallmästerskapen i mångkamp
- ◆ Hallmästerskapen för klasserna H/D 22-19-17
- ◆ Hallmästerskapen för herrar och damer
- ◆ Vintermästerskapen i långa kast

I april – maj

- ◆ FM i landsvägslöpning
- ◆ Terräng-FM

I juni - juli

- ◆ Stafett-FM

I juli - augusti

- ♦ Kalevaspelen
- ♦ FM för H/D 22 (till 2015)
- ♦ FM för H/D 19 (till 2015)
- ♦ FM för H/D 22-19 (från 2016)
- ♦ FM för H/D 17-16
- ♦ FM för P/F 15-14

I augusti - september

- ♦ FM i mångkamp

Suomen Urheiluliittos (SUL) tävlingsutskott beslutar särskilt varje år tidpunkterna för de övriga mästerskapstävlingarna.

Kommentar: I reglerna finns ingen rekommendation för tidpunkten för FM i landsvägsgång och maraton-FM.

Dagarna för mästerskapstävlingarna är fredade för sådan tävlingsverksamhet, som uppenbarligen skulle beröra samma idrottare som man antar i normala fall skulle delta i i fråga varande mästerskapstävlingar. Tvister i dessa frågor avgörs av SUL:s tävlingsutskott.

SUL:s styrelse har rätt att vid behov utfärda begränsningar gällande rätt för tävlande att delta i andra tävlingar nära finländska mästerskapstävlingar och under dessa.

2. MÄSTERSKAPSTÄVLINGARNAS ARRANGÖRER

2.1 Ansökningsprocedur

SUL har arrangörs-, reklam- och TV-rättigheterna för finländska mästerskapstävlingar. SUL har rätt att arrangera de finländska mästerskapstävlingarna själv eller bevilja arrangörsrätten åt någon till SUL hörande förening eller föreningsallians. Då SUL utlyser mästerskapstävlingarna att sökas preciserar SUL vilka reklamrättigheter man förutom TV-rättigheterna förbehåller sig själv.

Mästerskapstävlingarna omfattas i regel av den regionala cirkulation som fastställts av SUL:s förbundsfullmäktige. Kalevaspelen, maraton-FM, FM i landsvägslöpning, FM i landsvägsgång, FM i hallmångkamp samt vintermästerskapen i långa kast är undantag som alltid står fritt att sökas. Arrangörsrätten för FM i maraton och landsvägslöpning strävar man i första hand att rikta in i samband med redan existerande evenemang i landsvägslöpning.

Kommentar: FM i mångkamp utomhus omfattar åldersklasserna 22-19-17-15-14, vilket kräver två sportplaner och likaledes två arrangörer. I huvudsak ansöks och beviljas FM-mångkamperna alltid åt två orter från samma område som är belägna rätt nära varandra. Om arenan har tillräckligt många hopp- och kastplatser kan tävlingarna arrangeras på samma arena. I sådana fall ska arrangören i samband med ansökan bifoga preliminärt tidsschema för tävlingsdagarna samt planens layout.

SUL publicerar årligen i augusti–september mästerskapstävlingarnas ansökningsannonser på sina nätsidor (www.sul.fi). Ansökningarna (med undantag av Kalevaspelen) ska senast den 30 september sändas till regionens tävlingsansvariga som sänder dem jämte utlåtande till SUL:s tävlingsutskott senast den 1 november. Ansökningarna ska göras på officiell ansökningsblankett.

Märk! Vintermästerskapen i långa kast söks inte och beviljas inte på samma sätt som övriga FM-tävlingar. För koordineringen av tävlingscirkulationen ansvarar träningsavdelningen och för beviljandet av tävlingarna tävlingsutskottet.

Tävlingsutskottet behandlar ansökningarna under sitt första möte följande kalenderår och ger sitt förslag till styrelsen, som på våren beslutar om rätten att arrangera mästerskapstävlingarna om två år. Undantag är Kalevaspelen vilkas ansökningar behandlas i den ordning som anges i punkt 2.3 och vars arrangörsrätt avgörs av förbundsfullmäktige tre år på förhand.

Då man avgör rätten att arrangera finländska mästerskapstävlingar strävar man till att följa den regionala cirkulation som godkänts av SUL:s förbundsfullmäktige. Om det till någon av FM-tävlingarna inte inom utsatt tid kommit en enda regelrätt (se punkt 2.2) ansökan från det område, som står i tur att arrangera enligt cirkulationsordningen, kan tävlingsutskottet enligt sin bedömning antingen utlysa tävlingen att sökas på nytt eller besluta om ett annat förfarande, varmed man försöker hitta en lämplig arrangörskandidat. Om man inte heller med dessa åtgärder finner någon kandidat från den region som står i tur enligt cirkulationsordningen, kan styrelsen på tävlingsutskottets förslag bevilja tävlingarna åt någon annan region.

Kommentar: Om en region på detta sätt underlåter att utnyttja sin tur, medför detta ingen rätt att få en ersättande tur senare. Situationen är dock en annan om två (eller flera) regioner på grund av sammanstötningar eller annan motiverad orsak tillsammans på förhand föreslår att sinsemellan byta sin arrangörstur. Beslut om eventuellt byte fattas av styrelsen eller förbundsfullmäktige, beroende på vilken tävling ändringen berör samt om ändringen påverkar den godkända cirkulationen.

Till ansökan bör fogas en utredning över förverkligandet av kraven i punkt 2.2 "Förutsättningar för ansökan" och om fördelningsgrunderna i det ekonomiavtal som föreningarna ingår sinsemellan.

2.2 Förutsättningar för ansökan

Då mästerskapstävlingarnas arrangörsrätt avgörs, bör som villkor hållas följande:

Rätten att arrangera Kaleva Spelen och FM-stafetterna beviljas föreningar eller föreningsallianser, varav någon då ansökan görs eller beviljas bör vara minst elitklass förening.

Rätten att arrangera övriga FM-tävlingar beviljas föreningar eller allianser av föreningar, varav någon då ansökan görs eller beviljas bör vara minst I-klass förening.

Kommentar: Även en sådan sökande godkänns, som följande år kommer att stiga till den klass som krävs. Tävlingsarna beviljas ju i de flesta fall först under kalenderåret efter ansökan gjorts.

Kastplatser samt löpar- och ansatsbanor som krävs för tävlingen bör uppfylla kraven i *Internationella tävlingsregler i friidrott* och nedannämnda bestämmelser.

Då FM-tävlingar i utomhusgrenar med undantag av landsvägsgrenar och terräng beviljas, beaktas endast de sökande som har till sitt förfogande en sportplan med permanent beläggning och för FM-arrangemang lämpliga kastplatser, löp- och ansatsbanor och minst 6 banor runt.

Kommentar: Beläggningsmaterialet måste ha godkänt IAAF-certifikat.

På orterna för Kalevaspelen, och FM-stafetterna bör dock finnas för FM-arrangemang lämpliga kastplatser, löpar- och ansatsbanor samt åtta (8) banor runt.

Kommentar: Det rekommenderas att arenorna för FM-tävlingarna för H/D 22-16 och för P/F 15-14 har åtta banor runt.

Då ansökan görs bör arenan vara i FM-skick eller så bör det finnas stadens/kommunens bindande skriftligt beslut på att sätta arenan i skick med tillräckligt snabb tidtabell. Beslutet bifogas ansökan.

För alla FM-tävlingar till vars grenutbud hör långa kast bör till ansökan bifogas en skriftlig försäkran av upprätthållaren av tävlingsarenan att alla grenar som finns på det officiella tävlingsprogrammet (även slägga) får utföras på tävlingsarenan.

Efter att FM-tävlingarna beviljats kan SUL:s tävlingsutskott bestämma att arenan ska granskas. Granskningen utförs av en person/personer som utsetts av tävlingsutskottet. Tävlingsarrangör, i praktiken tävlingsarenans ägare, måste förbinda sig att låta reparera observerade fel och brister.

Kommentar: Begreppet "för FM-arrangemang lämpliga kastplatser och ansatsbanor" avser bl.a. att man i fältgrenar med undantag av långa kast kan tävla i två kvalificerings- eller mångkampsgupper samtidigt i samma riktning. Det rekommenderas även att man vid behov kan löpa sprintersträckorna på 100–110 meter på bortre långsidan.

Kommentar: Ovan nämnda krav angående antal banor, kastplatser och ansatsbanor gäller naturligtvis utomhus-FM. Kraven gällande platserna för halltävlingarna ges i punkt 5.13.

Vid FM-tävlingarna bör användas helautomatisk elektrisk tidtagarutrustning som uppfyller kraven i IAAF:s regel 165. I lopp som startas från egna banor ska starthögtalare användas på varje bana.

Elektrisk tidtagarutrustning krävs inte men rekommenderas vid arrangemang av mästerskapstävlingar i maraton, terräng, landsvägslöpning och -gång. Vid FM-tävlingar bör resultaten i långa kast mätas med elektro-optisk takymeter, som kopplats ihop med apparaturen för beräkning eller registrering av resultatet. Även videomätning är tillåtet i fältgrenar.

På de arenor där finländska mästerskap arrangeras bör det i förhållande till tävlingens typ finnas tillräckligt stora läktar- och serviceutrymmen samt områden för uppvärmning för kast, hopp och löpningar. Det rekommenderas att åtminstone läktaren vid målakan är helt eller delvis täckt.

Läktarkapaciteten för Kaleva Spelen ska vara ca 5 000 sittplatser av vilka ca 2 000 platser under tak, om den totala kapaciteten är ca 7 000 platser.

På arenan bör finnas bra utrustning för resultatservice och även live-resultatservice på nätet.

Det rekommenderas att det vid tävlingar som i sitt program har sprinterlopp används apparatur för registrering av felaktig start.

Vid Kalevaspelen, FM-stafetterna och hall-FM för H/D bör arrangören sköta om att det i kurvorna, vid växlingsområdena och vid starten för sprintsträckorna finns säkrande videoövervakning.

Vid de FM-tävlingar där det i programmet ingår diskus- och/eller släggkastning bör på tävlingsarenan finnas en kastskyddsbur som fyller IAAF:s gällande krav.

Vid Kalevaspelen bör det finnas en stor elektronisk resultattavla och videotavla. Alla resultattavlor för fältgrenarna och målklockan ska vara elektroniska.

Vid FM-tävlingar som televiseras ska resultatservicen vara anpassad för tv.

Vid FM-tävlingarna bör det finnas till tävlingens natur anpassad medicinsk service.

Arenan för Kaleva Spelen och FM-stafetterna bör vara fri från reklam och disponibel för SUL och arrangörerna.

Rutterna i alla landsvägsgrenar (maraton, landsvägslopp och -gång) bör vara mätta av en av SUL godkänd mätare av landsvägsrutter med en mätningsskema, som rekommenderas av IAAF. Mätningsskema med karta och ruttbeskrivning ska sändas till SUL:s kansli och till SUL:s ansvariga banmätningsexpert senast två veckor före ifrågasatt tävling. Arrangören är skyldig att ersätta mätarens resor, logi och uppehåll. Vid mätningstillfället ska den officiella mätaren, banmästaren och tävlingsledaren finnas på plats.

2.3 KALEVASPELENS OFFERTER

Offerterna för Kalevaspelen begärs minst tre år innan tävlingarna ska arrangeras. För följande arrangemang av Kalevaspelen är karenstiden sex (6) år.

Kommentar: T.ex. kan arrangören av Kalevaspelen 2016 tidigast ansöka om arrangemangen av Kalevaspelen till år 2022.

Ur sökandens offert bör framgå den ersättning som betalas åt SUL. Offerten bör vara minst lika stor som det minimieresultatmål SUL:s styrelse uppställt; i annat fall beaktas den inte.

Till offerten bör bifogas en budget för tävlingarna.

Till ansökan bör förutom den officiella ansökningsblanketten bifogas sökandens eller någon utomståendes skriftliga garanti för betalandet av ersättningen till förbundet. Dessutom rekommenderas att stadens/kommunens utlåtande om tävlingarna bifogas ansökan.

Offerterna överlämnas till SUL:s kansli senast den 15 februari i slutet kuvert, varpå skrivs ”Kalevaspelens offert”.

Offerterna öppnas efter ansökningstidens utgång. De öppnas av minst tre av SUL:s direktör för ändamålet utsedda personer. Offertuppgifterna ges via förbundets ledningsgrupp åt styrelsen, som bereder sitt eget förslag till val för förbundsfullmäktige. Förbundsfullmäktige gör det slutliga valet vid sitt vårmöte. Förbundsfullmäktige kan be de sökande att förevisa sina ansökningar vid mötet innan beslutet fattas.

Kommentar: I praktiken öppnas ansökningarna av SUL:s direktör och två andra särskilt utsedda personer.

3. MÄSTERSKAPSTÄVLINGARNAS EKONOMI

Mästerskapstävlingarna arrangeras antingen av SUL eller så beviljas arrangörsrätten åt en eller flera medlemsföreningar (se punkt 2.2 angående föreningarnas klass).

Som fördelningsgrund för intäkterna och ansvaret i ekonomiavtalet mellan de lokala arrangörföreningarna fastställs vid oenighet förhållandet mellan föreningarnas FM-poäng under kalenderåret innan tävlingsarrangemanget.

Alla ärenden rörande televiseringskontrakt behandlas, koordineras och godkänns av SUL. SUL bestämmer om eventuella intäkter från televiseringen.

SUL godkänner de inträdesbiljetter för Kalevaspelen som arrangörerna låter trycka.

SUL tillhandahåller tävlingsnummerlappar med av SUL valda reklamer till alla FM-tävlingar.

Vid finländska mästerskapstävlingar ges åt de tre bästa av SUL beställda och av arrangörerna bekostade mästerskapsmedaljer. I stafettlöpning och lagtävlingar ges medaljer åt de tre bästa lagen och dessutom en medalj åt föreningen ifråga.

Dessutom ges av förbundet bekostade guldmedaljer åt de individuella grensegrarnas personliga tränare. Den segrande idrottaren räknas dock inte själv som tränare.

SUL:s tävlingsutskott bestämmer anmälningsavgifterna skilt för varje år.

Kommentar: Principen för anmälningsavgifterna är per person i personliga grenar och per lag i stafetter. Fältgrenarnas, tävlingsgångens, mångkampernas och terrängens lagtävlingar har inga skilda lagavgifter, eftersom man för varje enskild deltagare redan betalt den personliga deltagaravgiften!

Inkvarterings- och måltidsavgifterna bör underställas juryns ordförande för godkännande.

Arrangören bekostar resor, logi och uppehälle för de personer som utsetts av SUL:s tävlingsutskott (se punkt 4.6). Resesätningarna följer SUL:s ikraftvarande avtal. Till arrangörens skyldigheter hör att förutom morgonmål även stå för lunch och middag/kvällsmål.

4. MÄSTERSKAPSTÄVLINGARNAS TÄVLINGSREGLER

4.1 Allmänt

I tävlingarna följs bestämmelserna i IAAF:s internationella tävlingsregler för friidrott, varjämte de i denna regelbok nämnda specialbestämmelserna för mästerskapstävlingarna bör iakttas samt eventuella andra regler för nationella tävlingar som tävlingsutskottet beslutat om.

Märk! När mästerskapstävlingensreglerna ändras genom styrelsens beslut berör dessa ändringar automatiskt också redan beviljade FM-tävlingar. Undantag utgör sådana ändringar som styrelsen har beslutat ska träda i kraft vid ett senare tillfälle.

Tävlingsutskottet fungerar som tolkare av de ikraftvarande mästerskapstävlingensreglerna, och kan vid behov hänskjuta frågorna till styrelsen för avgörande.

Meningsskiljaktigheter gällande tolkningen av reglerna under tävlingen avgörs av den av tävlingsutskottet tillsatta juryn, vars beslut gällande tävlingen ifråga är slutgiltigt.

Kommentar: Med begreppet "under tävlingen" avses här hela den tid, förberedelse och anmälningskedena inbegripna, som juryn eller dess ordförande ensam arbetar med frågor rörande i fråga varande tävling. För juryns och dess ordförandes viktigaste rättigheter och skyldigheter är redogjort i de internationella tävlingsreglernas punkter 112 (Tekniska delegaterna), 119 (Jury) och 146 (Protester). I materialbanken på SUL:s hemsida finns en utförlig lista på juryns uppgifter.

Då det i tävlingarna görs en skriftlig protest mot juryns behandling, bör man då den lämnas in till tävlingkansliet betala en avgift, som returneras om protesten godkänns. Som storlek på summan bör man använda den för nationellt bruk avsedda penningssumma som tävlingsutskottet beslutat om.

Deltagare i finländska mästerskap och distriktsmästerskap representerar alltid den SUL-medlemsförening vars ikraftvarande representationsrättigheter personen har.

Kommentar: Det ovan nämnda betyder att idrottaren inte kan tävla som s.k. "vild", dvs. utan att representera någon medlemsförening i SUL. Vid mästerskapstävlingarna tävlar man i poängtävlingar föreningarna emellan och alla placeringar som berättigar till poäng bör komma en förening till godo.

Kommentar: Framhävandet av den tävlandes förening är ett centralt drag i FM-tävlingarna och ett yttre kännetecken för detta är användningen av föreningens officiella representationsdräkt. Arrangörerna av FM-tävlingar bör för egen del gynna denna praxis genom effektiv information.

4.2 Rätt att delta

Åldersgränser

I herr- och damklassens (allmänna klassens) individuella mästerskapstävlingar får delta tävlande som under ifrågavarande kalenderår fyller minst 16 år.

Kommentar: I stafett-FM kan en idrottare som under året fyller minst 14 år delta i herr- och damklassen.

I klasserna för 22-åringar får delta tävlande som under kalenderåret fyller 22, 21 eller 20 år, och i klasserna för 19-åringar tävlande som under kalenderåret fyller 19 eller 18 år.

I de grenar i utomhus-FM-tävlingarna för 17-16-åringar, som anges i punkt 5.10 i dessa regler, får idrottarna delta så att de som ifrågavarande kalenderår fyller 17 år deltar i 17-årsklassen och de som fyller 16 år i 16-årsklassen. Det här är den enda FM-tävlingen där det finns en särskild 16-årsklass. Dessutom får endast en idrottare som under året fyller 17 eller 16 år delta i de i regeln 5.12 nämnda hall-FM tävlingarna för H/D 17. Dessutom i de övriga FM-tävlingarnas 17-årsklasser får de idrottare delta, som under ifrågavarande kalenderår fyller högst 17 och minst 14 år.

I de FM-grenar för klasserna P/F 15 och 14, som nämns i dessa regler i punkterna 5.11 och 5.12, har endast ifrågavarande åldersklass rätt att delta. Med andra ord får i 15-årsklassen delta idrottare som i fråga varande kalenderår fyller 15 år och i 14-årsklassen delta idrottare som i fråga varande kalenderår fyller 14 år.

I stafettmästerskapen får en tävlande endast delta i tävlingarna för en åldersklass under samma dag. I klasserna H/D 19-17 bör minst en av stafettlagets löpare höra till den åldersklass tävlingen gäller. De övriga löparna bör under i fråga varande tävlingsår fylla minst 14 år.

Tävlande i FM-stafetternas 15-årsklasser bör under i fråga varande tävlingsår fylla högst 15 och minst 12 år. Minst en av stafettlagets löpare bör dock under i fråga varande tävlingsår fylla 14 eller 15 år.

Kommentar: I regionmästerskapen finns inte någon undre åldersgräns om regionstyrelsen inte beslutar detta.

Kommentar: Ovan nämnda direktiv gällande åldersgränser gäller även lagtävlingar i fältgrenar, gång och mångkamper. Med andra ord kan man inte bilda ett lag i en beträffande åldern slutna klass, så att man kompletterar med en medlem från en annan (lägre) åldersklass. Märk! Nu förtiden förekommer ovan nämnda lagtävlingar endast i klasserna P/F 15-14.

Tillåtet antal grenar i FM-tävlingar för ungdomar

I punkterna 5.7 - 5.11 i dessa regler finns begränsningarna för i hur många grenar en idrottare högst kan delta i FM-tävlingarna utomhus för ungdomsklasserna (22-19-17-16-15-14).

Kommentar: FM-mångkamperna i alla ungdomsklasser (22-19-17-15-14) går som en skild tävling. Mångkamperna räknas sålunda inte i någon åldersklass med i det högsta antal grenar som avses ovan!

Resultatgränser

De resultatgränser eller särskilda kvalificeringsgränser som berättigar till deltagande och de FM-tävlingar där sådana tillämpas fastställs årligen av SUL:s tävlingsutskott. Resultat, eller annat krav för deltagande, t.ex. ranking-placering, som berättigar till deltagande ska uppnås senast den sista tillåtna anmälningdagen. Noggrannare starttid för föregående års resultatperiod besluts årligen av tävlingsutskottet.

Rätt att delta i de finländska mästerskapstävlingar under utomhussäsongen som har resultatgränser, har den tävlande som under innevarande eller föregående år uppnått resultatgränsen i grenen på utebanor. Dessutom godkänns de resultat, som under hallsäsongen innan i fråga varande FM-tävling gjorts i samma gren och som fyller kraven för utomhusgrenen.

För de finländska mästerskapstävlingar under inomhussäsongen som förses med resultatgränser fastställer man två gränser, en som grundar sig på inomhusresultat och en som grundar sig på utomhusresultat. Rätt att delta har den tävlande som under innevarande eller föregående inomhussäsong uppnått inomhusresultatgränsen eller föregående år uppnått utomhusresultatgränsen.

Kommentar: Om man anmäler sig till tävlingen på basen av resultat, som uppnåtts föregående år, bör ifrågavarande resultat uppfylla resultatgränsen för tävlingsåret (dvs. pågående år). För undvikande av missförstånd är detta viktigt att märka om resultatkravet ändrats från föregående år.

Kommentar: Det har uppstått problematiska tolkningsfrågor då idrottaren vid årsskiftet flyttats upp i en högre åldersklass och resultaten från föregående år gjorts med andra vikter på redskapen eller höjder på häckarna. Tävlingsutskottets åsikt är att det för deltagande berättigande resultatet bör ha gjorts med redskapsmått som är minst lika stora som de som används för innevarande års åldersklass.

Då man använder resultatgränser följer man följande ersättande resultatgränser:

- ◆ På herrarnas och damernas löpning 5 000 m och 10 000 m räcker det att man uppnått gränsen på någondera sträckan
- ◆ På herrarnas och damernas 10 000 m duger även en resultatgräns, som uppnåtts på en officiellt uppmätt 10 km landsvägsrutt. Resultatgränsen för 10 000m används eftersom det inte finns skilda klassificeringskrav för landsvägslopp!)
- ◆ På herrarnas och damernas 5 000 m räcker även resultatgräns på 3 000 m.
- ◆ På 5 000 m i klasserna H/D 22 duger även resultatgräns på 3 000 m. (Om det i tävlingarna för denna klass finns resultatgräns)
- ◆ På 5 000 m i klassen H 19 duger även resultatgräns på 3 000 m och på 3 000 m i klassen D 19 duger även resultatgräns på 5 000 m. (Om det i tävlingarna för denna klass finns en resultatgräns.)
- ◆ På 3 000 m i halltävlingar duger även resultatgräns på 5 000 m.
- ◆ I de gånggrenar där man använder resultatgränser duger som ersättande resultat resultatgräns på vilken som helst annan gångsträcka. (Om resultatet är gjort på en landsvägsrutt och det inte finns klassificeringskrav för sträckan, används resultatgränsen för motsvarande metersträcka.

Kommentar: Huvudregeln är naturligtvis att begränsa ersättande grenar till ovanstående förteckning, men det kan även komma emot sådana fall då det är förnuftigt att iaktta en viss smidighet. Det är bra att minnas, att den innersta meningen med resultatgränserna inte är att hindra idrottarna från att delta, utan att säkra att deltagarna i FM-tävlingarna håller en viss minimieresultatnivå.

Om det är frågan om en gren som ordnas sällan och idrottaren därför inte haft möjlighet att uppnå resultatgränsen (t.ex. vissa gånggrenar) kan man för grenen ange en s.k. *tidtagning*gräns. Denna tidtagninggräns anger hur länge tidtagningen är i gång för att idrottaren ska få ett officiellt resultat och en placering i tävlingen, och inom vilken tid idrottaren måste komma i mål. Beslut om tidtagninggränser tas av tävlingsutskottet.

För FM-tävlingar inomhus följer man den principen (när resultatgränser används) att idrottaren måste uppnå resultatgränsen i den gren han eller hon ämnar delta i (med undantag för

H/D-klassernas 3 000 m). Därför ger inte resultatgränser från andra grenar rätt att delta. Märk dock att resultat på sträckorna 100–110 m utomhus duger för 60 m inomhus och på 400 m häck utomhus för 300 m häck inomhus.

Resultat som berättigar till deltagande i FM-tävling bör vara uppnått under regelrätta rekorddugliga förhållanden. Med andra ord duger inte vindresultat på sprintersträckor (upp till 200 m, häcksträckorna inbegripna) och horisontala hopp. Felande vindnotering jämföres med medvindsresultat.

Bansträckornas resultatgränser fastställs med två decimalers noggrannhet (alltså med hundraledssekunder). På sprintersträckorna upp till och med 400 m bör resultatet vara eltid. På längre sträckor kan man även använda handtid efter att den omvandlats till motsvarande eltid genom ett tillägg på 0,14 sekunder.

För FM i maraton anger SUL inte några resultatgränser. Tävlingsarrangörerna kan om de önskar ange resultatgränser, dock inte högre än årets B-klassresultat eller motsvarande resultat. Innan arrangören offentliggör resultatgränsen ska den godkännas av tävlingsutskottet. Om FM-tävlingen avgörs i samband med ett massevenemang får endast de löpare som har klarat resultatgränsen delta i tävlingen mot den deltagaravgift som fastställts för FM.

Friidrottslicenser

Varje tävlande ska ha en gällande friidrottslicens. Det är tävlingsarrangörernas skyldighet att kontrollera friidrottslicensen för de tävlande som anmälts till tävlingen.

I oklara fall är idrottaren skyldig att före bekräftelsen på deltagande visa att licensavgiften för innevarande år är betald.

Om licensen löses först på tävlingsplatsen ska arrangörerna debitera dubbel avgift.

Utlänningars deltagande

Om finländska mästerskap och FM-poäng tävlar endast finska medborgare och sådana i Finland stadigvarande bosatta andra länders medborgare som av SUL:s organisationsutskott beviljats rätt att tävla i finländska mästerskap som fullvärdiga deltagare. Samma gäller även deltagande i regionmästerskapstävlingarna. (FM- och RM-rätten har förenats i samma tillstånd!)

Märk! Ovanstående gäller inte i Finland stadigvarande boende utländska medborgare som hör till klassen P/F 15 eller yngre då de tävlar i sina åldersklassers FM- eller DM-tävlingar.

Kommentar: Momenten angående utländska medborgares rätt att tävla i FM och RM har kopierats till denna regelbok från SUL:s representationsregler, där de egentligen hör hemma. SUL:s styrelse beslutar om representationsreglerna, men förändringar i dessa görs långtifrån alltid i samma takt som mästerskapsreglerna förnyas. Om det finns olikheter mellan gällande SUL:s representationsregler och mästerskapsregler-

na är det **representationsreglerna som gäller!** Det lönar sig att kolla representationsreglerna från SUL:s tävlingskalender där de årligen publiceras.

Kommentar: Medborgarskap i två eller t.o.m. flera länder är inget hinder för deltagande i finländska mästerskap, så länge ett av medborgarskapen är finländskt. Idrottaren bör dock i FM-tävlingarna representera någon av SUL:s medlemsföreningar, även om personen samtidigt tillhör en förening i något annat land.

SUL:s tävlingsutskott kan på arrangörernas begäran och/eller med deras medgivande bevilja utländska idrottare rätt att delta i finländska mästerskapstävlingar, men de tävlar då inte om finländskt mästerskap eller om FM-poäng. Tillståndet kan endast gälla sådana grenar och/eller situationer, där i fråga varande idrottare inte fräntar möjligheten till att kvalificera sig vidare (i praktiken en bana) från en sådan idrottare, som är berättigad att tävla om det finländska mästerskapet.

Kommentar: I praktiken framskrider ärendet så, att tävlingens arrangör av tävlingsutskottet anhåller om tillstånd för utländska idrottare att tävla i i fråga varande FM-tävlingar och på samma gång presenterar en plan över karaktären och vidden av deltagandet. I detta skede behöver man inte presentera noggranna namnförteckningar. Om tävlingsutskottet godkänner ansökan, fastställer det samtidigt gränser och spelregler för ett sådant deltagande. Om begäran endast gäller ett fåtal enskilda idrottare, vars deltagande inte har någon synbar inverkan på tävlingens allmänna bild, kan förbundets tävlingschef eller tävlingsutskottets ordförande bevilja i fråga varande tillstånd att delta. Speciellt när det gäller Kalevaspelen eller allmänna klassens hall-FM har ordföranden för tävlingens jury högsta beslutsrätt i alla frågor gällande deltaganderätt.

Kommentar: I ovan nämnda fall är det alltid frågan om att tävla utom tävlan. Idrottaren får ett statistikdugligt resultat för sin prestation, men noteras inte i de officiella resultaten från FM-tävlingarna.

Kommentar: Distriktet kan på motsvarande sätt bevilja en utländsk idrottare rätten att delta som utomstående i DM-tävlingarna. De tekniska begränsningarna är de samma som i FM-tävlingarna.

4.3 Anmälan

Den officiella anmälningstiden för finländska mästerskapstävlingar utgår det åttonde (8:de) dygnet kl. 24 före tävlingarnas begynnelse, denna dag borträknad.

Kommentar: Om tävlingarna alltså börjar t.ex. 29 juli, är sista officiella anmälningssdag 21 juli.

Vid terränglöpning och hall- och vintermästerskapstävlingar är sista officiella anmälningssdag söndagen före tävlingen.

En anmälan som är mindre än 24 timmar försenad bör godkännas under villkor att motsvarande anmälningssavgift(er) betalats sexdubbelt förhöjd(a).

Tävlingarnas arrangör ska alltid nämna den sista anmälningdagen i tävlingsinbjudan, vilken ska publiceras åtminstone på SUL:s hemsida och på tävlingarnas egna nätsidor.

Anmälan ska ske via kilpailukalenteri.fi. Endast i undantagsfall godkänns anmälan som gjorts på annat sätt. Tävlingsarrangören måste använda tjänsten kilpailukalenteri.fi.

Märk! Om någon är tvungen att göra anmälningen på annat sätt måste alla normala anmälningsuppgifter (namn, förening, födelsetid, licensuppgifter!, gren(ar), rekord och säsongsbästa), samt då resultatgränser används, de resultat med vilka rätten att delta uppnåtts, alltid uppges. Vid anmälan via kilpailukalenteri.fi hämtas dessa uppgifter automatiskt. Deltagande i lagtävlingar (gäller endast klasserna P/F 15-14) och lagens sammansättning i anmälningsskedet ska noggrant utredas.

Att betala anmälningsavgiften är fast förbundet med anmälan. Avgiften/avgifterna ska betalas senast på den sista officiella anmälningdagen för i fråga varande FM-tävling.

Kommentar: Arrangören ska inte ge någon nummerlapp till idrottaren om anmälningsavgiften inte är betald.

För att bli godkända ska anmälningarna vara framme senast inom ovan nämnda terminer.

Anmälan av reserver i stafettlag

Vid anmälan av lag till stafett-FM har föreningen rätt att anmäla högst det dubbla antalet idrottare som krävs. Om antalet anmälda överstiger detta antal godkänner arrangören endast så många som är tillåtet och från början av reservlistan.

Exempel: till ett lag på 4x100m kan föreningen anmäla högst åtta (8) personer och på 3x800m högst sex (6) personer.

Kommentar: Som deltagare i ett stafettlag i FM kan föreningen bekräfta alla föreningens egna idrottare som är anmälda till mästerskapet, förutsatt att idrottaren enligt reglerna (4.1) är berättigad att delta i nämnda stafett.

Information på Internet

FM-tävlingarnas arrangör är skyldig att senast ett halvt år före tävlingarna grunda egna Internet-hemsidor för kontinuerlig information om tävlingarna. Sidornas adress bör anmälas åt SUL så att vederbörande länk kan upprättas på förbundets hemsidor. Tävlingsens hemsidor bör innehålla all den information som deltagarna normalt behöver, såsom tidtabell, direktiv för tävlande, uppgifter om logi, anmälan, kontaktuppgifter, resultat från tävlingarna m.m. Hemsidornas innehåll bör uppdateras kontinuerligt!

4.4 Bekräftelse på deltagande

Bekräftelse på deltagande är ovillkorligt i alla FM-tävlingar.

Bekräftelse på deltagande i grenen ska göras **senast 90 minuter före ifrågavarande gren börjar**. Bekräftning kan tidigast göras ungefär ett dygn innan grenen börjar.

Kommentar: Noggrannare instruktioner ges i alla FM-inbjudningar.

Den tävlande eller hans ombud bekräftar deltagandet. Bekräftelse kan undantagsvis även försöka göras per telefon.

Kommentar: Med grenens början avses det klockslag då i fråga varande gren första gången förekommer i tävlingarnas tidtabell. Om t.ex. kvalet för en fältgren sker i två grupper på olika tider anses grenen börja då den första kvalgruppen satts att börja.

*Kommentar: Arrangörerna bör kraftigt betona anvisningarna för bekräftelse på deltagande i sina informationer till deltagare/lag. Om tiden för när en gren börjar i den tidtabell för FM-tävlingarna, som publicerats på förhand, i sista stund måste ändras, förflyttas även tiden för bekräftelse av grenen att motsvara ovan nämnda 90 minuters regel. **Inhibering** av heat eller kval anses inte som här avsedd ändring av tiden då grenen börjar, om inte inhiberingen skett så mycket tidigare att man för den skull tryckt en ny korrigerad tidtabell. Man bör så långt möjligt undvika att tidigarelägga början av grenen, eftersom det ofta är osannolikt att man på förhand kan nå alla deltagare i grenen.*

*Kommentar: **Bekräftelse per telefon är ingen rekommendation.** Man kan dock försöka ty sig till detta då man märker att det är fara för att bekräftelsen försenas. Den person som gör sin bekräftelse per telefon är medveten om att personen inte får något skriftligt dokument på bekräftelsen, som senare kunde användas som bevis! Arrangörerna har heller ingen skyldighet att garantera, att tävlingskansliets telefon hela tiden är ledig och dejourerar för eventuella telefonbekräftelser. På så vis kan inte en försenad bekräftelse tas som gjord i tid även om en annan person intygar att bekräftaren försökt ringa.*

Kommentar: På grund av inträffade missförstånd är det skäl att påminna om, att trots att lagen i tävlingar där det ingår lagtävling inte skilt behöver bekräftas så ska alla till tävlingen kommande idrottare bekräftas som personer. (Ovan nämnda text gäller inte stafetter).

Om en tävlande inte deltar i en gren som bekräftats utan att bekräftelsen återtagits, kan personen inte delta i någon annan gren (eventuella stafetter inberäknade) samma dag eller senare dagar i ifrågavarande mästerskapstävlingar. En gjord bekräftelse kan nog återtas utan nämnda påföljder, men då måste återtagandet ske senast 90 minuter innan grenen börjar, med andra ord tiden är den samma som när själva bekräftelsen senast kan göras. Tävlings-

arrangörerna bör tydligt informera om denna regelpunkt i de skriftliga direktiv som riktas till idrottarna.

Kommentar: Regeln strävar till att speciellt minska den sista stundens osäkra situationer som rör frågan om att löpa eller inte löpa heat. Det är klart att idrottaren inte begår något fel då personen i sista stund uteblir på grund av tydligt påvisbar skada vilken även tävlingens läkare kan intyga. Då det gäller heat anses det vid tolkningen av ovan nämnda regel vara likställt med uteblivande då idrottaren kommer till startlinjen och utan synbar orsak avbryter snart efter starten.

Kommentar: Trots ovanstående regel kan det uppkomma situationer som leder till onödigt löpande av heat. Som typexempel kan nämnas ett lopp på medeldistans där det är några fler bekräftade än det på förhand meddelade antalet X som möjliggjort tävlingen som direkt final. En otrevlig situation uppstår om några tävlande (utan att återta sin bekräftelse och bry sig om följderna) uteblir och X st. tävlande eller färre uppenbarar sig vid uppsamlingen för grenens heat. Därvid har tävlingarnas jury fullmakt att i sista stund inhibera heat som visar sig onödiga. (De tävlande som blivit borta från uppsamlingen kan naturligtvis inte längre senare återvända till grenen!) Arrangörerna bör i tid följa situationen för sådana grenar, där det nätt och jämnt är behov av heat i löpning eller kval i fältgren.

Som ett motsvarande fel med motsvarande påföljder anses även det, om en idrottare efter att ha kvalificerat sig vidare från försöksheat eller semifinal eller en fältgrens kval låter bli att delta i grenens följande skede (final eller eventuell semifinal) utan av tävlingsläkaren bekräftade medicinska skäl.

Om en idrottare i Kalevaspelen samtidigt deltar i två grenar, som han bekräftat sitt deltagande i, och uteblir från den ena grenen mister han sina resultat även i den gren han deltar i.

4.5 Försöksheat och kvalificering

Efter bekräftelse på deltagande besluter tävlingsledningen tillsammans med juryn om försöksheat och kvalificering eller om tävlingen ska avgöras som direkt final samt om vidarekvalificering. Juryn skall närvara vid alla lottningar.

Kommentar: Om det i det kval för fältgrenar, som sker i samband med förmiddagstävlingarna, finns två eller flera kvalgrupper som tävlar på olika tid, rekommenderas att fördelningen av de tävlande i olika grupper görs och publiceras redan föregående dag. Då behöver de idrottare som placerats i en senare grupp inte komma tidigt på morgonen till arenan bara för att få reda på gruppindelningen. Bekräftelsen (som kan utföras av t.ex. en stödperson) bör dock göras senast 90 minuter innan begynnelseiden för den första gruppen.

Då försökstävlingar löps under eftermiddagstävlingarna, bör man försöka placera dem som eftermiddagstävlingarnas sista grenar.

På löpning 800 m kan man placera två löpare på högst fyra (4) banor (se t ex punkterna 5.7 och 5.8) . Om försöksheat löps, går åtta (8) löpare till final.

Jury beslutar om mästerskapstävlingarnas kvalgränser och ribbhöjningar för klasserna H/D och H/D 22-19-17-16.

Då det i fältgrenarna arrangeras kvältävlingar, är avsikten med dem att välja ut de 12 bästa tävlandena till den egentliga finalen.

Märk! I Kalevaspelen är antalet 10 tävlande!

Till final kommer alltid alla som klarat kvalgränsen, men dock minst ovan nämnda antal tävlande. Detta antal kan överskridas även om två eller flera tävlande har ett oavgjort jämnt spel eller om man efter beslut av juryn beslutar att inte arrangera kval.

Kommentar: I de kvältävlingar där det finns ett fast minimiantal tävlande som går vidare till finalen och antalet, som klarat kvalgränsen är färre, kompletteras mängden kvalificerade med de följande bästa tävlandena i kvalet. Då det gäller jämn tävling om den sista platsen att gå vidare tillämpas IAAF:s regel 180.22 (horisontella fältgrenar) eller 181.8 (höjd och stav). Skiljetävling används inte utan alla som är på samma oavgjorda placering får fortsätta tävlingen.

Kommentar: Då man överväger behovet av kval i fältgrenar eller heat i löpningar kan man som allmänt råd hålla, att dessa inte arrangeras om det bara gäller att utsluta en eller två tävlande. Juryn kan enligt prövning och med beaktande av bl.a. väderleksförhållandena besluta om även större antal. Undantag är sådana sprinterlopp, där varje löpare har rätt till egen individuell bana. Dessa är individuella lopp på upp till 400 m samt sprinterstaffetterna. Angående stafett 4x400 m se punkt 5.3!

I FM-tävlingarna för klasserna P/F 15-14 arrangeras inte kvältävlingar!

Heatens betydelse för A- och B-finaler

I några FM-tävlingar löps A- och B-finaler antingen på grund av reglerna, t.ex. 400 m, 800 m eller 300/400 m häck i ungdomarnas FM-tävlingar.

Om A- och B-finalerna löps direkt **utan heat**, dvs. heaten är uppgjorda enligt statistik eller på annat för situationen lämpligt sätt, bör alla ha samma möjlighet att tävla om alla placeringar och härvid avgör tiderna.

Om man däremot går till A- och B-final **via försöksheat**, får deltagarna i den bättre eller A-finalen så många högre placeringar som det i deras final finns godkända löpare i mål. I B-finalen fås därpå följande placeringar oberoende av vilka tider som löpts i ifrågavarande final.

På 200 m i halltävlingar löps endast A-final efter försöksheaten. Övriga placeringar avgörs enligt resultaten i försöken.

Kommentar: Alla som kvalificerat sig till A-finalen får poäng, t.ex. i poängtävlingar mellan föreningar, oberoende av om idrottaren deltar i finalen eller om han inte får resultat där. Resterande poäng fördelas enligt resultaten i försöks-tävlingen.

Undantag från det föregående: I häckstafetterna är det vedertagen praxis att A- och B-finalerna sätts ihop på basen av tiderna i försöksheaten och i finalerna avgör igen tiderna. (Se punkt 5.3)!

4.6 Lagtävlingar i fältgrenar, mångkamper och gång (P/F 15-14)

I lagtävlingen får från föreningen delta alla de lag som klarat den bestämda resultatgränsen. **De två bäst placerade** idrottarna bildar föreningens I-lag och de två följande II-laget osv.

Resultatgränsen för det föreningslag som deltar i lagtävlingen är två gånger resultatet för B-klass eller motsvarande resultat. Om t.ex. B-klass eller resultatgränsen i höjdhopp för F15 är 140 cm är lagtävlingens resultatgräns 280 cm. Föreningen kan per gren utnämna en reserv, som deltar i lagtävlingen. Varje tävlande bör dock vara av minst C-klass eller ha uppnått motsvarande resultatgräns i grenen ifråga.

Kommentar: Lagens faktiska sammansättning kan vid tävlingens slut vara en annan än vid anmälningen! En som reserv anmäld idrottare kan lyckas så bra att personen i slutresultaten ingår i något av föreningens lag.

Bildandet av föreningens lag sker på ovan nämnda sätt även vid mångkampernas lagtävlingar, men där används normalt inte resultatgränser för att få delta.

Kommentar: Märk den allmänna principen enligt vilken det är möjligt att använda resultatgränser för lag endast i de fall då deltagandet i individuella grenar kontrolleras med resultatgränser!

Lagets resultat är det sammanräknade resultatet för de båda tävlandena som hör till laget. Vid oavgjort resultat avgör den sämre lagmedlemmens placering vilket lag som är bättre. Om resultatet fortfarande är jämnt avgör den bättre tävlandens placering vilket lag som är bättre. Om resultatet ännu efter detta är oavgjort delas placeringen mellan lagen oberoende av vilken placering det a resultatet gäller. Ovan nämnda regel gäller även mångkampernas lagtävlingar.

Kommentar: Skiljetävling används inte vid oavgjord tävling mellan idrottare från samma förening, för klargörande av lagtillhörighet. Om föreningen t.ex. har fyra idrottare i grenen och den näst bästa och tredje bästa har jämn tävling, gottgörs båda då det gäller medaljplacering enligt placeringen för föreningens I-lag.

Ett nollresultat i hopp eller kast räknas inte med i lagets resultat.

Ovan nämnda regel gäller även mångkampernas lagtävlingar så att man med nollresultat avser att den tävlande inte slutfört hela mångkampen.

Kommentar: En mångkampare kan bli utan poäng i en eller flera grenar men ändå föra kampen till slut och få ett resultat!

Lagtävlingens genomförande (P/F 15-14)

Kast och horisontala hopp:

Eftersom det inte arrangeras någon kvaltävling räknas resultaten från de tre första omgångarnas resultat i den egentliga tävlingen.

Vertikala hopp, mångkamper och tävlingsgång:

Lagtävlingens resultat räknas från resultaten i den normala individuella tävlingen.

4.7 Av SUL utnämnda funktionärer

SUL:s tävlingsutskott utnämner följande funktionärer för finländska mästerskap:

- * jury
- * starters
- * speakers
- * överdomare för gång

Dessutom övervakar SUL:s tävlingsutskott och den av det befullmäktigade ordföranden för juryn att det i de FM-tävlingar där elektrisk tidtagning används finns en person med SUL:s kort för användare av målkamera på plats (antingen fungerande själv eller åtminstone övervakande verksamheten).

Dessutom ska juryns ordförande övervaka att arrangören utser en erfaren Startreferee och att utnämningen meddelas till SUL:s tävlingsutskott.

Det rekommenderas att man använder speakning på svenska vid FM-tävlingarna i den mån befolkningsstrukturen och andra skäl på tävlingsorten så kräver. Behovet av speakning på svenska bör beaktas då de officiella speakrarna utses.

Kommentar: Den av tävlingsutskottet utsedda juryns ordförande fungerar som teknisk delegat enligt IAAF:s internationella regel 112 med de uppgifter och befogenheter som härtill hör.

4.8 Övrigt

I FM-tävlingarna år 2014 är arrangörerna skyldiga att ge de deltagande föreningarna kort som ger stödpersonerna tillträde till områdena för idrottare (området för uppvärmning och idrottläkaren, men dock inte till själva arenan) samt tävlingarnas programblad **minst** följande, till de anmälda idrottarnas antal bundna mängder:

Anmälda idrottare	Kort	Program
1 - 5	1	1

6 -10	2	2
11 - 20	3	3
21 - 30	4	4
31 - 40	5	5
41 - 60	6	6
Över 60	7	7

För FM-tävlingar från och med 2015 beslutar tävlingsutskottet årligen om antalet kort och eventuella avgifter för dessa på sitt möte året innan.

Kommentar: Med stödpersonkortet bör det naturligtvis vara möjligt att få tillträde till alla de ställen där man sköter till tävlingen hörande ärenden (bekräftelse, återtagande, inlämning av protester osv.) samt som följeslagare till dopningstest.

5. MÄSTERSKAPSTÄVLINGARNAS SPECIALREGLER

5.1 Kalevaspelen

Kalevaspelen arrangeras enligt arrangörens val under tre eller fyra dagar i rad. Vid fyra dagars tävling är det fråga om en s.k. ”3½-dagars” modell, då det på dagsprogrammet under den första dagen får finnas försöksheat i löpning, kvaltävlingar i fältgrenar, första dagens grenar i en mångkamp samt högst fyra (4) finaler.

Kommentar: Det rekommenderas att Kalevaspelen ordnas under tre dagar i följd med en eventuell fjärde dag som tävlingarnas inledande dag. På den inledande dagens dagsprogram finns då bl.a. tävlingsgången, som kan ordnas t.ex. i stadens centrum.

I Kalevaspelen tävlas i följande grenar:

Herrar	100 m	höjdhopp
	200 m	stavnopp
	400 m	längdhopp
	800 m	tresteg
	1 500 m	kulstötning
	5 000 m	diskuskastning
	10 000 m	släggkastning
	110 m häck	spjutkastning
	400 m häck	10-kamp
	3 000 m hinder	20 km landsvägsgång

Damer	100 m	höjdhopp
	200 m	stavhopp
	400 m	längdhopp
	800 m	tresteg
	1 500 m	kulstötning
	5 000 m	diskuskastning
	10 000 m	släggkastning
	100 m häck	spjutkastning
	400 m häck	7-kamp
	3 000 m hinder	10 km landsvägsgång

Tävlingarnas dagsprogram och de dagliga minutprogrammen planeras av arrangören i samarbete med juryns ordförande och regelbundet informerande SUL:s tävlingsutskott. Förslaget till tävlingarnas dagsprogram ska sändas åt tävlingsutskottet för utvärdering till dess möte i september året före Kalevaspelen. Det slutliga tidsschemat godkänner juryns ordförande med fullmakt av tävlingsutskottet.

Kalevaspelens alla tävlingar (med undantag av tävlingsgång) **inklusive kvalen i alla fältgrenar** ska utföras på huvudarenan.

5.2 Terräng-FM

Terrängmästerskapen arrangeras i följande grenar:

Herrar 12 km och lagtävling
 4 km och lagtävling

Damer 6 km och lagtävling

H 22 6 km och lagtävling

H 19 6 km och lagtävling

H 17 4 km och lagtävling

P 15 4 km och lagtävling

D 22 4 km och lagtävling

D 19 4 km och lagtävling

D 17 4 km och lagtävling

F 15 4 km och lagtävling

I lagtävlingen består laget av tre (3) tävlande. Föreningens tre bäst placerade löpare bildar föreningens I-lag, de följande tre II-laget osv.

Då man bestämmer lagplaceringarna räknar man ihop placeringarna för löparna i laget och det lag som fått den minsta poängsumman har vunnit. Vid jämna poäng avgör den tredje löparens placering ordningsföljden så att det lag vinner som har en bättre tredje löpare. I lagtävlingen avgörs lika ställning för alla placeringar.

Tävlingsrutten dras i omväxlande terräng undvikande snårskog, farliga stigningar och branter eller andra dylika ställen som omåttligt försvårar de tävlandes framfart. Banan bör gå i en slinga och den bör på sitt smalaste ställe vara minst 2,5 m bred. Den bör mätas längs den kortaste löprutten och utmärkas med staket, rep eller plastband så att det inte finns fara för att komma vilse. I praktiken är den bäst fungerande lösningen en bana på ca 2 km.

Star rakan bör vara minst 200 m, varefter banan fortsätter minst 5 meter bred i följande 100 meter. Startbågen bör vara minst 40 meter.

Tävlingsjuryns ordförande godkänner den föreslagna banan.

Rekommenderas att tävlingarna utförs i följande ordningsföljd:

F 15 4 km
P 15 4 km
H 12 km
D 19 4 km
H 17 4 km
D 22 4 km
H 22 6 km
D 17 4 km
D 6 km
H 19 6 km
H 4 km

Rekommendationen är inte bindande för tävlingarnas arrangör, utan denna kan planera en från föregående avvikande ordning. Juryns ordförande godkänner tävlingarnas slutliga tidschema.

5.3 Stafett-FM

Stafettmästerskapen arrangeras i följande grenar:

Herrar	4 x 100 m 4 x 400 m 4 x 800 m 4 x 1 500 m 3 x 3 000 m gång	Damer	4 x 100 m 4 x 400 m 4 x 800 m 3 x 3 000 m gång
H 19	4 x 100 m 4 x 400 m 3 x 800 m 4 x 100 m häck	D 19	4 x 100 m 4 x 400 m 3 x 800 m 4 x 100 m häck
H 17	4 x 100 m 4 x 300 m 3 x 800 m	D 17	4 x 100 m 4 x 300 m 3 x 800 m

	4 x 100 m häck		4 x 100 m häck
P 15	4 x 100 m 4 x 800 m 4 x 80 m häck	F 15	4 x 100 m 4 x 800 m 4 x 80 m häck

Tävlingsjuryns ordförande fastställer tidsschemat. Arrangörerna gör upp ett förslag till tidschema i god tid före tävlingarna.

Lagets löp- eller gångordning för den första omgången i grenen bör meddelas skriftligt vid bekräftelsen. Om det i grenen är både heat och final och man mellan dem vill byta lag-sammansättningen och/eller löpordningen, bör härom göras en ny skriftlig bekräftelse senast 90 minuter innan ifråga varande final börjar.

Utbyte av högst två reservlöpare enligt IAAF:s regler får ske till sista stund.

Kommentar: Den nämnda IAAF-regeln 170.10 säger, att sedan laget har inlett tävlingen får man i fortsättningen använda högst två extra löpare. Tävlingen tolkas i detta avseende ha börjat i den stund då bekräftelsetiden för första omgången är slut. Med andra ord om man före heatet gör ett "sista stundens" byte efter bekräftelsen, får man inte mera till följande omgång, dvs. finalen, byta fler än högst en tävlande.

Kommentar: Om en tävlande efter bekräftelsen måste bytas ut mot reserven, gäller den skriftligen bekräftade löp- eller gångordningen fortfarande. Sålunda bör den tävlande som kommer in i laget placeras på den sträcka varifrån den skadade eller annars förhindrade tävlanden togs bort. Det i ovanstående regeltext förekommande uttrycket "till sista stund" bör tolkas så, att stafettens (ifråga varande heat eller final) redan pågående startorganisering inte får försenas på grund av bytet av tävlande och att man hinner meddela om bytet till tävlingsregissör, speaker, TV och radio innan stafetten startar.

I stafetter med endast **tre** sträckor får man dock under hela tävlingen byta högst **en** tävlande.

Tävlande kan delta i **samma gren** bara i en klass. I detta avseende tolkas följande grenpar som sinsemellan samma gren.

- 4 x 400 m och 4 x 300 m
- 4 x 800 m och 3 x 800 m
- 4 x 100 m häck och 4 x 80 m häck

Kommentar: Märk i detta sammanhang även den i punkt 4.1 nämnda regeln, enligt vilken en tävlande under samma dag endast får delta i tävlingarna för en klass!

I stafetterna 4 x 400 m och 4 x 300 m löper man på egna banor de tre första kurvorna. Laget får gå in på önskad bana sedan det löpt över den över banorna dragna evolventlinjen.

Kommentar: I andra och tredje växlingen på 4 x 300 m stafett löper lagen redan på de banor de själva fritt valt (i praktiken naturligtvis på innerbanan). Växlingsområ-

dena kan utmärkas genom att med tejp dra räta linjer över de fyra innersta banorna 10 m före och 10 m efter den punkt, där sträckan byts. Vid andra växlingen har det visat sig vara en fungerande lösning att vid växlingsområdets början rada upp de löpare som väntar på pinnen i samma ordning som var lagens banordning vid starten. Vid tredje växlingen finns det redan tid att använda samma arrangemang som reglerna bestämmer för 4 x 400 m stafett. Med andra ord samlas löparna i den ordning som deras lag passerade första halvan av tredje sträckan.

I stafett-FM löps försöksheat endast i sprintstafetterna, häckstafetterna inberäknade, samt i 4 x 300 m stafetterna i klasserna P/F 17. I alla längre stafetter löps endast finaler, som vid behov arrangeras som flera finaler (heat) där tiderna avgör. Lagen delas in i A-, B- osv. finaler enligt de resultat föreningarna uppnått under försäsongen, dock så att det även i det svagaste heatet löper minst tre lag.

Kommentar: Mest besvärliga är de fall, då det i stafetterna på 4 x 400 m eller 4(3) x 800 m finns ett eller två lag fler än antalet banor eftersom trycket på att arrangera en direkt final är stort. I stafetterna på 800 m är det ännu relativt lätt att på några (max 4) banor låta två lag starta (eller t.o.m. låta starten ske från en gemensam bågförmad startlinje), men i stafetterna på 400 m stöter man på problem med startblocken och den första växlingen på egna banor. Juryns ordförande har dock befogenhet att tillåta direkt final i ett heat på 4 x 400 m även då det är 9 eller 10 lag. Då bör man dock sträva till, att på de banor där två lag startar, placera lag vars löpare på första sträckan är av mest olika nivå. I denna situation är det tillåtet att avvika från en banlottning som mekaniskt följer reglerna.

Häckstafetter

Häckstafetterna löps utan stafettpinne. Starten sker från målet på banorna 2, 4, 6 och 8. På växlingsområdet finns mellan lagens banor en käpp med vimpel. Växlingen sker med handkontakt bakom "vimpelkappen". Den löpare som ger sig iväg bör efter växlingskontakten sätta sig i rörelse från stillastående.

Kommentar: Det sistnämnda betyder att den som ger sig iväg inte får ta fart på förhand bakom vimpelkapparna, utan personen bör invänta växlingsögonblicket stående på sin plats med båda fötterna på marken.

Kommentar: Avsikten med den i reglerna nämnda handkontakten är, förutom den symboliska "växlingen", att säkra att löparen på följande sträcka inte startar tidigare än tillåtet! Om det vid försök till handkontakt blir en "miss" på grund av att den ankommande löparen snubblar eller annat dylikt, men växlingen i övrigt är enligt reglerna, bör lagets prestation inte av denna orsak underkännas.

Kommentar: Häckarna placeras så att de är på samma linje och mitt på häckens banmarkeringsmärke.

Häckstafettens final löps i två heat med de 8 bästa lagen från heaten. I finalen löper de fyra snabbaste lagen i det senare heatet. Finalens resultat avgörs på basen av tiderna.

Om försök inte behövs uppskattas lagens resultatnivå och de fyra bästa lagen placeras i det senare heatet.

Gångstafetter

I gångstafetterna används inte stafettpinne. Växlingen sker inom det 20 m långa växlingsområdet genom att den ankommande gångaren med sin hand berör den gångare som ger sig iväg.

Rekommenderas att tävlingarna genomförs i följande ordningsföljd:

I tävlingsdagen

Förmiddag:

Försökstävlingar

4 x 80 m häck	F 15
4 x 80 m häck	P 15
4 x 100 m	H 17
4 x 100 m	D 19
4 x 100 m	P 15
4 x 100 m	H 19
4 x 100 m	F 15
4 x 100 m	D 17
4 x 100 m	D
4 x 100 m	H

Eftermiddag:

Finaler

4 x 80 m häck	F 15
4 x 80 m häck	P 15
4 x 100 m	H 17
4 x 100 m	D 19
4 x 100 m	H 19
4 x 100 m	D
4 x 100 m	H
4 x 100 m	F 15
4 x 100 m	P 15
4 x 100 m	D 17
3 x 800 m	D 19
3 x 800 m	H 19
3 x 800 m	D 17
3 x 800 m	H 17
4 x 800 m	D
4 x 800 m	H

II tävlingsdagen

Förmiddag:

försökstävlingar och
gångstafetter

4 x 100 m häck	D 19
4 x 100 m häck	D 17
4 x 100 m häck	H 17
4 x 100 m häck	H 19
4 x 300 m	D 17
4 x 300 m	H 17
3 x 3 000 m gång *	D

Eftermiddag:

finaler

4 x 100 m häck	D 19
4 x 100 m häck	D 17
4 x 100 m häck	H 17
4 x 100 m häck	H 19
4 x 300 m	D 17
4 x 300 m	H 17
4 x 400 m	D 19

3 x 3 000 m gång *	H	4 x 400 m	H 19
		4 x 1500 m	H
		4 x 800 m	F 15
		4 x 800 m	P 15
		4 x 400 m	D
		4 x 400 m	H

*) Gångstafetterna går som direkta finaler samtidigt.

5.4 Maraton-FM

Maratonmästerskapen löps i följande klasser:

Herrar	maraton
Damer	maraton

Tävlingsjuryns ordförande har som uppgift att godkänna den föreslagna maratonbanan innan den utmärks, samt att försäkra sig om att banan är tillräckligt lång och uppmätt enligt internationella regler (jfr IAAF:s direktiv: *The measurement of road race courses, 2004*). Mätningen utförs av en av SUL godkänd mätare av landsvägsrutter (se punkt 2.2 i denna regelbok).

5.5 FM i landsvägslöpning

I mästerskapen i landsvägslöpning är grenarna:

Herrar	halvmaraton
H 19	10 km
H 17	10 km
Damer	halvmaraton
D 19	10 km
D 17	10 km

Tävlingsrutten dras på hårt underlag (t.ex. asfalt) undvikande branta kurvor och stora höjdskillnader samt utnyttjande motions- och gångvägar eller en del av vägbanan som avskilts från trafik. Om tävlingen går under vintriga förhållanden, bör rutten rengöras och sandas så att den tillåter löpning med full fart på alla banavsnitt.

Tävlingsjuryns ordförande har som uppgift att godkänna de föreslagna rutterna innan de utmärks, samt att försäkra sig om att sträckorna är tillräckligt långa och uppmätta enligt internationella regler (jfr IAAF:s direktiv: *The measurement of road race courses, 2004*). Mätningarna utförs av en av SUL godkänd mätare av landsvägsrutter (se punkt 2.2 i denna regelbok).

5.6 FM i landsvägsgång

I landsvägsgångmästerskapen är grenarna:

Herrar	30 km
H22	20 km
H19	20 km
H17	10 km
Damer	20 km
D22	20 km
D19	10 km
D17	10 km

Tävlingsjuryns ordförande har som uppgift att godkänna de föreslagna rutterna innan de utmärks, samt att försäkra sig om att sträckorna är tillräckligt långa och uppmätta enligt internationella regler (jfr IAAF:s direktiv: *The measurement of road race courses, 2004*). Mätningen utförs av en av SUL godkänd mätare av landsvägsrutter (se punkt 2.2 i denna regelbok).

5.7 Mästerskapen för klasserna H 22 och D 22 (till och med år 2015)

Mästerskapen för klasserna H 22 och D 22 arrangeras under två dagar i följande grenar:

H 22	100 m	höjdhopp
	200 m	stavhopp
	400 m	längdhopp
	800 m	tresteg
	1500 m	kula (7,26 kg)
	5000 m	diskus (2,0 kg)
	110 m häck (106,7 cm)	slägga (7,26 kg)
	400 m häck (91,4 cm)	spjut (800 g)
	3 000 m hinder (91,4 cm)	10 000 m tävlingsgång
	D 22	100 m
	200 m	stavhopp
	400 m	längdhopp
	800 m	tresteg
	1500 m	kula (4,0 kg)
	5 000 m	diskus (1,0 kg)
	100 m häck (83,8 cm)	slägga (4,0 kg)
	400 m häck (76,2 cm)	spjut (600 g)
	3 000 m hinder (76,2 cm)	5 000 m tävlingsgång

Tävlingsjuryns ordförande fastställer tidsschemat. Arrangörerna gör upp förslaget till tidsschemat i god tid före tävlingarna.

Höjd- och stavtävlingarna genomförs som direkt final.

Gångtävlingarna kan slås samman med klassen H/D 19 och hållas på någondera orten.

Kommentar: Sammanslagningen av gången i klasserna 22 och 19 är numera gällande praxis. Tävlingsutskottet bestämmer orten på sitt följande möte efter det att förbundsfullmäktige har beviljat i fråga varande FM-tävlingar.

400 m, 800 m och 400 m häck löps som direkt final så, att de bästa enligt statistiken placeras i samma heat. Om det i den 400 m långa tävlingen blir fler än ett heat, bör de delas så, att det även i det enligt statistiken sämre heatet är minst tre (3) löpare. 800 m finalen kan löpas i ett heat då det är högst 12 löpare. Om antalet är större, bör det även i det enligt statistiken sämre heatet vara minst fyra (4) löpare.

Kommentar: Med de bästa enligt statistiken avses att man gör den bästa möjliga värderingen av löparna enligt deras prestationer under främst den gångna säsongen.

Den tävlande har rätt att anmäla sig och delta i högst tre (3) grenar.
Tävlingsarrangören ska begränsa antalet grenar i kilpailukalenteri.fi till tre (3).

Alla finaler ska gå på huvudarenan enligt följande dagsprogram:

Tävlingsdag 1

H 22

100 m	heat + semifinal	final
400 m		final
1 500 m		final
3 000 m hinder		final
10 000 m tävlinggång		final
höjdhopp		final
längdhopp	kval	final
kula	kval	final
slägga		final
spjut	kval	

D 22

100 m	heat + semifinal	final
400 m		final
1500 m		final
3 000 m hinder		final
5 000 m tävlinggång		final
stavhopp		final
tresteg	kval	final
diskus	kval	final
spjut	kval	

Tävlingsdag 2

H 22

200 m	heat + semifinal	final
800 m		final
5 000 m		final
110 m häck	heat + semifinal	final
400 m häck		final
stavhopp		final
tresteg	kval	final
diskus	kval	final
spjut		final

D 22

200 m	heat + semifinal	final
800 m		final
5 000 m		final
100 m häck	heat + semifinal	final
400 m häck		final
höjdhopp		final
längdhopp	kval	final
kula	kval	final
slägga		final
spjut		final

5.8 Mästerskapen för klasserna H 19 och D 19 (till och med år 2015)

Mästerskapen för klasserna H 19 och D 19 arrangeras under två dagar i följande grenar:

H 19	100 m	höjdhopp
	200 m	stavhopp
	400 m	längdhopp
	800 m	tresteg
	1 500 m	kula (6,0 kg)
	5 000 m	diskus (1,75 kg)
	110 m häck (99,1 cm*)	slägga (6,0 kg)
	400 m häck (91,4 cm)	spjut (800 g)
	3 000 m hinder (91,4 cm)	10 000 m tävlingsgång

*) Häckhöjden 99 cm har från början av år 2006 varit IAAF:s standard i kort häck i klassen H 19. Det är tillåtet att i stället för detta använda de hos oss vanliga 100 cm häckarna.

D 19	100 m	höjdhopp
	200 m	stavhopp
	400 m	längdhopp
	800 m	tresteg

1500 m	kula (4,0 kg)
3 000 m	diskus (1,0 kg)
100 m häck (83,8 cm)	slägga (4,0 kg)
400 m häck (76,2 cm)	spjut (600 g)
3 000 m hinder (76,2 cm)	5 000 m tävlingsgång

Tävlingsjuryns ordförande fastställer tidsschemat. Arrangörerna gör upp förslaget till tidschema i god tid före tävlingarna.

Höjd- och stavgångarna genomförs som direkt final.

Gångtävlingarna kan slås samman med klassen H/D 22 och hållas på någondera orten.

Kommentar: Sammanslagningen av gången i klasserna 22 och 19 är numera gällande praxis. Tävlingsutskottet bestämmer orten på sitt följande möte efter det att förbundsfullmäktige har beviljat i fråga varande FM-tävlingar.

400 m, 800 m och 400 m häck löps som direkt final så, att de enligt statistiken bästa placeras i samma heat. Om det i den 400 m långa tävlingen blir fler än ett heat, bör de delas så, att det även i det enligt statistiken sämre heatet är minst tre (3) löpare då man tävlar på arena med 8 banor minst två (2) löpare då man tävlar på arena med 6 banor. 800 m finalen kan löpas i ett heat då det är högst 12 löpare på en arena med 8 banor eller högst 10 löpare då det är en arena med 6 banor. Om antalet är större, bör det även i det enligt statistiken sämre heatet vara minst fyra (4) löpare.

Kommentar: Med de bästa enligt statistiken avses att man gör den bästa möjliga värderingen av löparna enligt deras prestationer främst under det gångna året.

Den tävlande har rätt att anmäla sig och delta i högst tre (3) grenar. Tävlingsarrangören ska begränsa antalet grenar i kilpailukalenteri.fi till tre (3).

Alla finaler bör gå på huvudarenan enligt följande dagsprogram:

Tävlingsdag 1

H 19	100 m	heat + semifinal	final
	400 m		final
	1 500 m		final
	3 000 m hinder		final
	10 000 m tävlingsgång		final
	höjdhopp		final
	längdhopp	kval	final
	kula	kval	final
	slägga		final
	spjut	kval	

D 19

100 m	heat + semifinal	final
400 m		final
1 500 m		final
3 000 m hinder		final
5 000 m tävlingsgång		final
stavhopp		final
trestep	kval	final
diskus	kval	final
spjut	kval	

Tävlingsdag 2**H 19**

200 m	heat + semifinal	final
800 m		final
5 000 m		final
110 m häck	heat + semifinal	final
400 m häck		final
stavhopp		final
trestep	kval	final
diskus	kval	final
spjut		final

D 19

200 m	heat + semifinal	final
800 m		final
3 000 m		final
100 m häck	heat + semifinal	final
400 m häck		final
höjdhopp		final
längdhopp	kval	final
kula	kval	final
slägga		final
spjut		final

5.9 Mästerskapen för klasserna H/D 22-19 (från och med år 2016)

H/D22- och H/D19-klassernas mästerskapstävlingar ordnas under tre dagar i följd i följande grenar:

H 22	100 m	höjdhopp
	200 m	stavhopp
	400 m	längdhopp
	800 m	trestep

	1 500 m	kula (7,26 kg)
	5 000 m	diskus (2,0 kg)
	110 m häck (106,7 cm)	slägga (7,26 kg)
	400 m häck (91,4 cm)	spjut (800 g)
	3 000 m hinder (91,4 cm)	10 000 m tävlingsgång
D 22	100 m	höjdhopp
	200 m	stavhopp
	400 m	längdhopp
	800 m	tresteg
	1 500 m	kula (4,0 kg)
	5 000 m	diskus (1,0 kg)
	100 m häck (83,8 cm)	slägga (4,0 kg)
	400 m häck (76,2 cm)	spjut (600 g)
	3 000 m hinder (76,2 cm)	5 000 m tävlingsgång
H 19	100 m	höjdhopp
	200 m	stavhopp
	400 m	längdhopp
	800 m	tresteg
	1 500 m	kula (6,0 kg)
	5 000 m	diskus (1,75 kg)
	110 m häck (99,1 cm)	slägga (6,0 kg)
	400 m häck (91,4 cm)	spjut (800 g)
	3 000 m hinder (91,4 cm)	10 000 m tävlingsgång
D 19	100 m	höjdhopp
	200 m	stavhopp
	400 m	längdhopp
	800 m	tresteg
	1 500 m	kula (4,0 kg)
	3 000 m	diskus (1,0 kg)
	100 m häck (83,8 cm)	slägga (4,0 kg)
	400 m häck (76,2 cm)	spjut (600 g)
	3 000 m hinder (76,2 cm)	5 000 m tävlingsgång

Tävlingsjuryns ordförande fastställer tidsschemat. Arrangörerna gör upp förslaget till tidschema i god tid före tävlingarna.

Tidsschemat för mästerskapstävlingarna i klasserna H/D 22 och H/D19 ska uppgöras så att första dagens första tävling börjar tidigast kl 13.00.

Höjd- och stavtävlingarna avgörs som direkta finaler.

400 m, 800 m och 400 m häck löps som direkta finaler så att de bästa enligt rankinglistan löper i samma heat. Om 400 m uppdelas på flera heat ska det statistiskt sämsta heatet bestå av minst tre (3) löpare. Finalen på 800 m kan löpas i ett heat med högst 12 löpare. Om löparna är flera än så ska det i det statistiskt sämsta heatet löpa minst fyra (4) löpare.

Kommentar: Med de bästa enligt statistiken avses att man gör den bästa möjliga värderingen av löparna i första hand enligt deras prestationer under den gångna säsongen.

Den tävlande har rätt att anmäla sig och delta i högst tre (3) grenar.
Tävlingsarrangören ska begränsa antalet grenar i kilpailukalenteri.fi till tre (3).

Alla finaler ska gå på huvudarenan enligt följande dagsprogram:

Tävlingsdag 1

H 22 och H19

400 m	heat	final
1 500 m		final
110 m häck	heat (+ semifinal)	final
3 000 m hinder		final
10 000 m tävlingsgång		final
höjdhopp		final
längdhopp	kval	
kula	(kval)	final

D 22 och D19

400 m	heat	final
1500 m		final
100 m häck	heat (+ semifinal)	final
3 000 m hinder		final
5 000 m tävlingsgång		final
höjdhopp		final
längdhopp	kval	
diskus		final
spjut		final

Tävlingsdag 2

H 22 och H19

100 m	heat + semifinal	final
800 m	heat	
stavhopp		final
tresteg	(kval)	
längdhopp		final
diskus		final

D 22 och D19

100 m	heat + semifinal	final
800 m	heat	
tresteg	(kval)	

längdhopp	final
kula	final
spjut	final

Tävlingsdag 3

H22 och H19

200 m	heat	final
800 m		final
5 000 m		final
400 m häck		final
tresteg		final
slägga		final
spjut		final

D22 och D19

200 m	heat	final
800 m		final
5 000/3 000 m		final
400 m häck		final
tresteg		final
stav		final

5.10 Mästerskapen för klasserna H/D 17-16

Mästerskapen för klasserna H/D 17 och H/D 16 arrangeras under tre dagar i nedannämnda grenar. Båda åldersklasserna har sin egen tävling med samma grenprogram och samma redskap och häckhöjder.

H 17-16	100 m	höjdhopp
	200 m	stavhopp
	400 m	längdhopp
	800 m	tresteg
	1 500 m	kula (5,0 kg)
	3 000 m	diskus (1,5 kg)
	110 m häck (91,4 cm)*	slägga (5,0 kg)
	400 m häck (83,8 cm)	spjut (700 g)
	2 000 m hinder (91,4 cm)	
	5 000 m tävlingsgång	

D 17-16	100 m	höjdhopp
	200 m	stavhopp
	400 m	längdhopp
	800 m	tresteg
	1 500 m	kula (3,0 kg)
	3 000 m	diskus (1,0 kg)

100 m häck (76,2 cm)	slägga (3,0 kg)
400 m häck (76,2 cm)	spjut (500 g)
2 000 m hinder (76,2 cm)	
5 000 m tävlingsgång	

Tävlingsjuryns ordförande fastställer tidsschemat. Arrangörerna gör upp förslaget till tidsschema i god tid före tävlingarna

Tidsschemat för mästerskapstävlingarna i klasserna H/D 17 och H/D 16 ska uppgöras så att första dagens första tävling börjar tidigast kl 13.00.

400 m häck löps som direkt final så att de statistiskt bästa placeras i samma heat. Om det i tävlingen blir fler än ett heat, bör de delas så, att det även i det enligt statistiken sämre heatet då man tävlar på en arena med 8 banor är minst tre (3) löpare och då man tävlar på en arena med 6 banor minst två (2) löpare.

Kommentar: Med de bästa enligt statistiken avses att man gör den bästa möjliga värderingen av löparna i första hand enligt deras prestationer under det gångna året.

Den tävlande har rätt att anmäla sig och delta i högst tre (3) grenar.
Tävlingsarrangören ska begränsa antalet grenar i kilpailukalenteri.fi till tre (3).

Alla finaler bör gå på huvudtävlingsarenan enligt följande dagsprogram:

Tävlingsdag 1

H 17 och H 16

100 m	heat + semifinal	final
400 m	heat	final
800 m	heat	
3 000 m		final
stavhopp		final
längdhopp	kval	
slägga		final

D 17 och D 16

100 m	heat + semifinal	final
400 m	heat	final
800 m	heat	
3 000 m		final
längdhopp	kval	
diskus		final

Tävlingsdag 2

H 17 och H 16

200 m	heat	
800 m		final
2 000 m hinder		final
110 m häck	heat + semifinal	final
5 000 m tävlingsgång		final
höjdhopp		final
längdhopp		final
tresteg	kval	
diskus		final

D 17 och D 16

200 m	heat	
800 m		final
2 000 m hinder		final
100 m häck	heat + semifinal	final
5 000 m tävlingsgång		final
höjdhopp		final
längdhopp		final
tresteg	kval	
kula		final
slägga		final

Tävlingsdag 3

H 17 och H 16

200 m	semifinal	final
1 500 m		final
400 m häck		final
tresteg		final
kula		final
spjut		final

D 17 och D 16

200 m	semifinal	final
1 500 m		final
400 m häck		final
stavhopp		final
tresteg		final
spjut		final

5.11 Mästerskapen för klasserna P/F 15-14

Klasserna P/F 15-14 har tävlingar med FM-status enligt följande:

- * Mästerskapen för klasserna P/F 15-14 (denna regelpunkt)
- * Terräng för klasserna P/F 15 (se punkt 5.2)
- * Stafetterna för klasserna P/F 15 (se punkt 5.3)
- * Mångkamperna för klasserna P/F 15-14 (se punkt 5.12)
- * Hallmångkamp för klasserna P/F 15 (se punkt 5.14)

För FM-grenarna i klasserna P/F 15-14 delas dock inte FM-poäng åt föreningarna.

Mångkamperna arrangeras skilt som endagskamper i samband med FM-mångkamperna för klasserna H/D 22-19-17.

Mästerskapen för klasserna P/F 15-14 arrangeras under tre dagar i följande grenar:

P15	100 m 300 m 800 m 2 000 m 100 m häck (83,8 cm) 300 m häck (76,2 cm) 1 500 m hinder (76,2 cm) 3 000 m gång gångens lagtävling	höjdhopp stavhopp längdhopp tresteg kula (4,0 kg) diskus (1,0 kg) slägga (4,0 kg) spjut (600 g) fältgrenarnas lagtävlingar
P14	100 m 300 m 800 m 2 000 m 100 m häck (83,8 cm) 300 m häck (76,2 cm) 1 500 m hinder (76,2 cm) 3 000 m gång gångens lagtävling	höjdhopp stavhopp längdhopp tresteg kula (4,0 kg) diskus (1,0 kg) slägga (4,0 kg) spjut (600 g) fältgrenarnas lagtävlingar
F15	100 m 300 m 800 m 2 000 m 80 m häck (76,2 cm) 300 m häck 1 500 m hinder (76,2 cm)	höjdhopp stavhopp längdhopp tresteg kula (3,0 kg) diskus (750 g) slägga (3,0 kg)

	3 000 m gång gångens lagtävling	spjut (400 g) fältgrenarnas lagtävlingar
F14	100 m 300 m 800 m 2 000 m 80 m häck (76,2 cm) 300 m häck (76,2 cm) 1 500 m hinder (76,2 cm) 3 000 m gång gångens lagtävling	höjdhopp stavhopp längdhopp tresteg kula (3,0 kg) diskus (750 g) slägga (3,0 kg) spjut (400 g) fältgrenarnas lagtävlingar

Tävlingsjuryns ordförande fastställer tidsschemat. Arrangörerna gör upp förslaget till tidschema i god tid före tävlingarna

Tidsschemat för FM-tävlingarna i klasserna H/D 15-14 bör uppgöras så att första tävlingsdagens första tävlingar börjar tidigast kl. 13.00.

I sprinter- och häckloppen arrangeras heat och vid behov semifinal. Fältgrenarna arrangeras som direkta finaler. I kast och horisontala hopp går till de tre sista omgångarna de åtta (8) bästa tävlande som gjort godkända resultat.

Den tävlande har rätt att anmäla sig och delta i högst två (2) grenar.
Tävlingsarrangören ska begränsa antalet grenar i kilpailukalenteri.fi till två (2).

Alla finaler bör gå på huvudarenan enligt följande dagsprogram:

<u>I tävlingsdagen</u>	<u>II tävlingsdagen</u>	<u>III tävlingsdagen</u>
P15 och P14	P15 och P14	P15 och P14
300 m häck 1 500 m hinder 3 000 m gång slägga	100 m 800 m 100 m häck höjdhopp längd kula spjut	300 m 2 000 m tresteg stav diskus
F15 och F14	F15 och F14	F15 och F14
300 m häck 1 500 m hinder 3 000 m gång stavhopp	100 m 800 m 80 m häck längdhopp	300 m 2 000 m höjdhopp tresteg

spjut

kula
slägga

diskus

5.12 Mästerskapen i mångkamp

Mästerskapen i mångkamp arrangeras under två eller tre på varandra följande dagar beroende på arenasituationen. Varje skild kamp i klasserna H/D 22-19-17 arrangeras alltid under två på varandra följande dagar, som i det följande betecknas I och II. I klasserna P/F 15-14 arrangeras kamperna som endagstävlingar.

Tävlingarna arrangeras på en eller två tävlingsorter som befinner sig relativt nära varandra. Ifrågavarande arrangörer kommer överens om grenfördelningen mellan orterna med beaktande av antalet tävlingsplatser och deras placering på idrottsarenorna.

Kommentar: Tävlingen kan arrangeras på en ort om det på arenan finns två parallella tävlingsplatser för alla hoppgrenar och två kulplatser.

Tävlingsjuryns ordförande fastställer tidsschemat. Arrangörerna gör upp förslaget till tidsschema i god tid före tävlingarna.

Märk! Grenarnas fördelning på de olika tävlingsdagarna bör fastställas i så god tid att **de slutliga dagsprogrammen per idrottsarena** kan publiceras i den på våren utkommande SUL:s tävlingskalender.

Mästerskapen i mångkamp arrangeras i följande grenar:

Tvådagars mångkamper:

	<u>I dagens grenar</u>	<u>II dagens grenar</u>
H 22	10-kamp	
	100 m längdhopp kula (7,26 kg) höjdhopp 400 m	110 m häck (106,7 cm) diskus (2,0 kg) stavhopp spjut (800 g) 1 500 m
D 22	7-kamp	
	100 m häck (83,8 cm)	längdhopp

	höjdhopp kula (4,0 kg) 200 m	spjut (600 g) 800 m
H 19	10-kamp 100 m längdhopp kula (6,0 kg) höjdhopp 400 m	110 m häck (99,1 cm *) diskus (1,75 kg) stavhopp spjut (800 g) 1 500 m
D 19	7-kamp och lagtävling 100 m häck (83,8 cm) höjdhopp kula (4,0 kg) 200 m	längdhopp spjut (600 g) 800 m
H 17	10-kamp 100 m längdhopp kula (5,0 kg) höjd 400 m	110 m häck (91,4 cm) ** diskus (1,5 kg) stavhopp spjut (700 g) 1 500 m
D 17	7-kamp 100 m häck (76,2 cm) höjdhopp kula (3,0 kg) 200 m	längdhopp spjut (600 g) 800 m
<i>Endagsmångkamper:</i>		
P15	5-kamp och lagtävling 100 m häck (83,8 cm) längdhopp spjut (600 g) stav 1 000 m	
F 15	5-kamp och lagtävling 80 m häck (76,2 cm)	

längdhopp
spjut (400 g)
höjdhopp
800 m

P 14 5-kamp och lagtävling

100 m häck (83,8 cm)
längdhopp
spjut (600 g)
stavhopp
1 000 m

F 14 5-kamp och lagtävling

80 m häck (76,2 cm)
längdhopp
spjut (400 g)
höjdhopp
800 m

I mångkamperna i klasserna H/D 22-19-17 används IAAF:s internationella poängtabell även i de grenar, där redskapen är lättare än normalt. I kamperna i klasserna P/F 15-14 används den poängtabell för klasserna 9-15 som SUL har publicerat.

Mångkampernas lagtävling sker enligt punkt 4.5 i dessa regler.

5.13 Hallmästerskapstävlingarna

Hallmästerskapen kan arrangeras i en sådan hall, vars banor, hopp- och kastplatser fyller de krav, som fastställts i friidrottens internationella regler, i dessa mästerskapsregler och av tävlingsutskottet ställda andra krav.

Kommentar: Av praktiska skäl krävs dock inte att längden på hallens ovala bana ska vara den i IAAF:s regel 213.1 rekommenderade 200 m. Finländska hallmästerskapstävlingar beviljas även för över- och underlånga banor.

I löpningar på skilda banor går så många tävlande till final (eller till det A-heat som avgör topplaceringarna) som det finns banor att tillgå.

Kommentar: I löpningarna på 800 m kan man även använda den i IAAF:s regler beskrivna gruppstarten från två bågförmiga startlinjer, vilket gör det möjligt att i tävlingen placera fler deltagare än det finns banor runt.

I 300 m, 400 m, 800 m löpning och 300 m häcklöpning löps inte heat i någon åldersklass, utan på dessa sträckor löps direkta finaler i ett eller flera heat så att tiderna avgör. På 800 m bestäms det största tillåtna antalet löpare i ett heat enligt hallens storlek. Juryns ordförande gör de behövliga besluten.

På 200 m i halltävlingar löps endast A-final efter försöksheaten (se regel 4.4).

Fältgrenarna går som direkta finaler varvid i kula och horisontala hopp de åtta (8) tävlande, som gjort de bästa godkända resultaten, går till de tre sista omgångarna.

Tävlingsjuryns ordförande fastställer tidsschemat. Arrangörerna gör upp förslaget till tidschema i god tid före tävlingarna.

För dessa FM-tävlingar (regel 5.13) finns inte någon begränsning av antalet grenar idrottaren kan delta i.

Hallmästerskapen för herrar och damer

Hallmästerskapens grenprogram är följande:

Herrar		Damer	
	60 m		60 m
	200 m		200 m
	400 m		400 m
	800 m		800 m
	1 500 m		1 500 m
	3 000 m		3 000 m
	60 m häck (106,7 cm)		60 m häck (83,8 cm)
	300 m häck (91,4 cm) *		300 m häck (76,2 cm) *
	5 000 m tävlingsgång		3 000 m tävlingsgång
	höjdhopp		höjdhopp
	stavhopp		stavhopp
	längdhopp		längdhopp
	tresteg		tresteg
	kula (7,26 kg)		kula (4,0 kg)
	4 x 1 varv		4 x 1 varv

*) Arrangeras som officiell FM-gren alltid då tävlingarna hålls i en hall vars banvarv är minst 280 m.

Hallmästerskapens dagsprogram är följande:

	<u>I tävlingsdagen</u>	<u>II tävlingsdagen</u>
Herrar	60 m	200 m
	400 m	800 m
	1 500 m	3 000 m
	höjdhopp	60 m häck

	tresteg 5 000 m tävlingsgång	300 m häck * stabhopp längdhopp kula 4 x 1 varv
Damer	60 m 400 m 1 500 m längdhopp stabhopp kula 3 000 m tävlingsgång	200 m 800 m 3 000 m 60 m häck 300 m häck * höjdhopp tresteg 4 x 1 varv

Hallmästerskapen för klasserna H 22 och D 22

Hallmästerskapens grenprogram är följande:

H 22	60 m 200 m 400 m 800 m 1 500 m 3 000 m 60 m häck (106,7 cm) 300 m häck (91,4 cm) * 5 000 m tävlingsgång höjdhopp stabhopp längdhopp tresteg kula (7,26 kg)	D 22	60 m 200 m 400 m 800 m 1 500 m 3 000 m 60 m häck (83,8 cm) 300 m häck (76,2 cm) * 3 000 m tävlingsgång höjdhopp stabhopp längdhopp tresteg kula (4,0 kg)
-------------	---	-------------	---

*) Arrangeras som officiell FM-gren alltid då tävlingarna hålls i en hall vars banvarv är minst 280 m.

Hallmästerskapens dagsprogram är följande:

	<u>I tävlingsdagen</u>	<u>II tävlingsdagen</u>
H 22	60 m 400 m 1 500 m höjdhopp tresteg	200 m 800 m 3 000 m 60 m häck 300 m häck *

	5 000 m tävlingsgång	stavhopp längdhopp kula
D 22	60 m 400 m 1 500 m längdhopp stavhopp kula 3 000 m tävlingsgång	200 m 800 m 3 000 m 60 m häck 300 m häck * höjdhopp tresteg

Hallmästerskapen för klasserna H 19 och D 19

Hallmästerskapens grenprogram är följande:

H 19	60 m 200 m 400 m 800 m 3 000 m 60 m häck (99,1 cm) 300 m häck (91,4 cm) * 5 000 m tävlingsgång höjdhopp stavhopp längdhopp tresteg kula (6,0 kg)	D 19	60 m 200 m 400 m 800 m 1 500 m 60 m häck (83,8 cm) 300 m häck (76,2 cm) * 3 000 m tävlingsgång höjdhopp stavhopp längdhopp tresteg kula (4,0 kg)
-------------	--	-------------	--

*) Arrangeras som officiell FM-gren alltid då tävlingarna hålls i en hall vars banvarv är minst 280 m.

Hallmästerskapens dagsprogram är följande:

	<u>I tävlingsdagen</u>	<u>II tävlingsdagen</u>
H 19	60 m 400 m 3 000 m höjdhopp längdhopp kula 5 000 m tävlingsgång	200 m 800 m 60 m häck 300 m häck * stavhopp tresteg

D 19	60 m	200 m
	400 m	800 m
	1 500 m	60 m häck
	stavhopp	300 m häck *
	tresteg	höjdhopp
	3000 m tävlingsgång	längdhopp
		kula

Hallmästerskapen för klasserna H 17 och D 17

Hallmästerskapens grenprogram är följande:

H 17	60 m	D 17	60 m
	300 m		300 m
	800 m		800 m
	1 500 m		1500 m
	60 m häck (91,4 cm)		60 m häck (76,2 cm)
	300 m häck (83,8 cm) *		300 m häck (76,2 cm) *
	3 000 m tävlingsgång		3 000 m tävlingsgång
	höjd		höjdhopp
	stavhopp		stavhopp
	längdhopp		längdhopp
	tresteg		tresteg
	kula (5,0 kg)		kula (3,0 kg)

*) Arrangeras som officiell FM-gren alltid då tävlingarna hålls i en hall vars banvarv är minst 280 m

Hallmästerskapens dagsprogram är följande:

	<u>I tävlingsdagen</u>	<u>II tävlingsdagen</u>
H 17	60 m	300 m
	800 m	1500 m
	300 m häck *	60 m häck
	stav	höjdhopp
	längdhopp	tresteg
	kula	
	3 000 m tävlingsgång	
D 17	60 m	300 m
	800 m	1500 m
	300 m häck *	60 m häck
	höjdhopp	stavhopp
	tresteg	längdhopp
	3 000 m tävlingsgång	kula

5.14 Hallmästerskapen i mångkamp

Hallmästerskapen i mångkamp arrangeras under två eller tre på varandra följande dagar beroende på hallens banor, hopp- och kastplatser. Varje skild 7-kamp i klasserna H och H-22-19-17 arrangeras alltid under två på varandra följande dagar, som i det följande betecknas I och II. I klasserna D och D-22-19-17 samt P/F 15 arrangeras 5-kamperna som endagstävlingar.

Kommentar: Utgångspunkten är att FM-hallmångkamperna beviljas som tvådagars. Tävlingsutskottet kan dock på motiverade grunder bevilja tillstånd att arrangera tävlingarna som tredagars.

Märk! I juniorklasserna är häckhöjderna och redskapens vikt de samma som i de enskilda grenarna i ifrågavarande åldersklass.

Juryns ordförande fastställer tidsschemat. Arrangörerna gör upp förslaget till tidsschema i god tid före tävlingarna.

Hallmångkampernas grenprogram är följande:

	<u>I tävlingsdagen</u>	<u>II tävlingsdagen</u>
H + H22-19-17	7-kamp	
60 m		60 m häck
längdhopp		stav
kula		1 000 m
höjdhopp		
D + D22-19-17	5-kamp (som 1-dagstävling)	
	60 m häck	
	höjdhopp	
	kula	
	längdhopp	
	800 m	
P15	5-kamp (som 1-dagstävling)	
	60 m häck	
	längdhopp	
	kula	
	stav	
	1 000 m	

F15

5-kamp (som 1-dagstävling)

60 m häck
höjdhopp
kula
längdhopp
800 m

5.15 Vintermästerskapstävlingar i långa kast

Vintermästerskapstävlingarna i långa kast har FM-status. SUL:s träningsavdelning och tävlingsutskottet svarar för administrationen och övervakningen av tävlingarna. Vintermästerskapen räknas i SUL:s gruppering till hallsäsongens FM-tävlingar och således utdelas i dem inte FM-poäng.

Vintermästerskapens officiella grenar är diskus-, slägg- och spjutkastning i klasserna H/D samt H/D22-19-17.

Vintermästerskapens grenar (klasser) avgörs som direkta finaler, där de åtta (8) bästa efter de tre första omgångarna fortsätter i de tre sista omgångarna.

Tävlingarna kan genomföras på en eller flera orter inne i hall eller på ute arena beroende på orternas arena/hallförhållanden eller rådande väderleksförhållanden.

Då diskustävlingarna normalt avgörs inne i hallar som inte alltid är utrustade med godkända skyddsburar ska ordföranden för juryn se till att tillräcklig höga krav sätts på säkerheten.

Tävlingarna kan beroende på de krav förhållandena ställer även genomföras med användning av icke standard kastredskap, som exempelvis spjut försedda med trubbiga spetsknoppar. Därmed kastade resultat är inte statistik- eller rekorddugliga.

6. TÄVLINGARNA OM FM-VANDRINGSPRISEN

6.1 Kalevapokalen

Kalevapokalen vinner den förening som per kalenderår samlar flest FM-poäng i de finländska utomhusmästerskapstävlingarna. Den segrande föreningen får en miniatyrmodell i silver av Kalevapokalen till egen samt ett penningpris, vars storlek årligen fastställs av förbundsfullmäktige då de beslutar om budgeten för följande bokföringsperiod.

FM-poäng delas inte ut för inomhusperiodens FM-tävlingar och inte heller för FM-grenarna på utomhusbanor i klasserna P/F 15 och 14.

Poängfördelningen för Kalevapokalen (FM-poängen):

För de 8 bäst placerade i mästerskapen ges 9, 7, 6, 5, 4, 3, 2 och 1 poäng i följande grenar:

- ♦ herrarnas och damernas individuella grenar och stafetter
- ♦ klassernas H22 och D22 individuella grenar (till och med 2015)

För de 6 bäst placerade i mästerskapen ges 7, 5, 4, 3, 2 och 1 poäng i följande grenar:

- ♦ terrängens laggrenar i klasserna H, D, H22 och D22 till och med 2015.
- ♦ alla grenar i klasserna H22, H19, H17, H16, D22, D19, D17 och D16 (22 års klasserna från och med 2016)

Tävlingsarrangörerna har som uppgift att grenvis göra en förteckning över hur de poäng, som finns att dela ut i tävlingarna, fördelat sig mellan föreningarna och bifoga den till tävlingens officiella resultatförteckning. Ett sammandrag över icke-utdelade poäng skall även bifogas.

Avgörande av lika ställning

Vid avgörande av första placering vid lika poäng förklaras den förening till segrare, som under året fått flest första placeringar i de grenar som ger FM-poäng. Om det fortfarande är lika ställning, blir den förening segrare som har flera andraplaceringar, osv.

6.2 ”Kultainen juoksija”-statyetten

I seniorenas hall-FM-tävlingar avgörs årligen en poängtävling mellan föreningarna där segraren för ett år får behålla ”Kultainen juoksija”-statyetten. Föreningarna tilldelas poäng så, att de sex bästa i varje gren får 7-5-4-3-2-1 poäng.

Avgörande av lika ställning

Vid avgörande av första placering vid lika poäng är den förening segrare, som har flest grensegrar i tävlingarna. Om det fortfarande är lika ställning, blir den förening segrare som har flera andraplaceringar, osv.

7. REGIONMÄSTERSKAPSTÄVLINGARNA

7.1 Regionmästerskap för herrar och damer

	<u>Tävlingsdag 1</u>	<u>Tävlingsdag 2</u>
Herrar	200 m	100 m
	800 m	400 m
	5000 m	1 500 m
	400 m häck	10 000 m
	3 000 m hinder	110 m häck
	höjdhopp	stavhopp
	längdhopp	tresteg
	kula	diskus
	slägga	spjut
	maraton	
	10 000 m tävlingsgång	
	10-kamp	

Maraton, 10 000 m, 3 000 m hinder, 10 000 m tävlingsgång och 10-kamp kan arrangeras vid ett annat tillfälle.

Damer	200 m	100 m
	800 m	400 m
	5 000 m	1 500 m
	400 m häck	10 000 m
	3 000 m hinder	100 m häck
	stavhopp	höjdhopp
	längdhopp	tresteg
	kula	diskus
	slägga	spjut
	maraton	
	5 000 m tävlingsgång	
	7-kamp	

Maraton, 10 000 m, 5 000 m, 3 000 m hinder, 5 000 m tävlingsgång och 7-kamp kan arrangeras vid ett annat tillfälle.

Maratonmästerskapen ska arrangeras på en rutt, som är uppmätt med den officiella mätmetoden (se punkt 2.2)

7.2 Regionmästerskap i terränglöpning

Det rekommenderas att terrängmästerskapen arrangeras i följande grenar:

Herrar 6 km

Damer 4 km
H 19 4 km
H 17 4 km

D 19 4 km
D 17 4 km

Sträckorna kan med distriktets beslut avvika från ovan nämnda, men sträckor som ger poäng för föreningsklassificeringen kan inte vara flera än ovan uppräknats.

I varje gren är det lagtävling för tre löpare. Lagplaceringarna avgörs enligt punkt 5.2 i dessa regler.

7.3 Regionmästerskap i landsvägslöpning

Mästerskapen i landsvägslöpning arrangeras i följande grenar:

Herrar halvmaraton
Damer halvmaraton

H 19 10 km
H 17 10 km
D 19 10 km
D 17 5 km

Sträckorna kan med distriktets beslut avvika från ovanstående, men sträckor som ger poäng för föreningsklassificeringen kan inte vara flera än ovan uppräknats.

Regionmästerskapen i landsvägslöpning ska alltid arrangeras på en bana som är officiellt mätt. (se punkt 2.2)

7.4 Regionmästerskap i stafettlöpning

Kommentar: Tävlingarna kan ordnas två dagar i följd om det är nödvändigt p.g.a. deltagarantalet.

Stafettmästerskapen arrangeras som endagstävling i följande grenar:

Herrar	4 x 100 m	Damer	4 x 100 m
	4 x 400 m		4 x 400 m
	4 x 1500 m		4 x 800 m
H 19	4 x 100 m	D 19	4 x 100 m
	4 x 400 m		4 x 400 m
	3 x 800 m		3 x 800 m
	4 x 100 m häck		4 x 100 m häck

H 17	4 x 100 m	D 17	4 x 100 m
	4 x 300 m		4 x 300 m
	3 x 800 m		3 x 800 m
	4 x 100 m häck		4 x 100 m häck

Rätt att delta:

En idrottare i klass H/D17 eller 19 kan förutom i sin egen klass delta även i den allmänna klassens stafetter och en idrottare i klassen H/D17 kan förutom i sin egen klass delta även i en stafett i klassen H/D19 dock aldrig i samma gren i två olika klasser. I detta avseende anses båda 800 m:s versionerna, 4 x 800 m och 3 x 800 m, liksom även sträckorna 4 x 400 m och 4 x 300 m som samma gren.

Exempel:

- * Idrottaren kan löpa: D17 4 x 100m och D 4 x 400 m
- * Idrottaren kan **inte** löpa: D17 4 x 100m och D 4 x 100 m
- * Idrottaren kan löpa: H17 4 x 100m och H19 4 x 100 m häck

Kommentar: Det att tävlingarna är endagstävlingar är en rekommendation. Bakgrunden till det är behovet att komprimera RM-stafetterna och samtidigt minska på kostnaderna för föreningarna. Regionen har rätt att om den så önskar arrangera tillfället som tvådagars och/eller till programmet lägga andra sträckor än de som finns i förteckningen. I eventuella tilläggsgrenar ges dock inte klassificeringspoäng till föreningarna!

7.5 Regionmästerskapen i klasserna H/D 19-17

Regionmästerskapen i klasserna H/D 19 och 17 arrangeras i följande grenar:

H 19	100 m	höjdhopp
	200 m	stavhopp
	400 m	längdhopp
	800 m	tresteg
	1 500 m	kula (6,0 kg)
	5 000 m	diskus (1,75 kg)
	110 m häck (99,1 cm)	slägga (6,0 kg)
	400 m häck (91,4 cm)	spjut (800 g)
	2 000 m hinder (91,4 cm)	10-kamp
	10 000 m tävlingsgång	
D 19	100 m	höjdhopp
	200 m	stavhopp
	400 m	längdhopp
	800 m	tresteg
	1 500 m	kula (4,0 kg)
	3 000 m	diskus (1,0 kg)

	100 m häck (83,8 cm)	slägga (4,0 kg)
	400 m häck (76,2 cm)	spjut (600 g)
	2 000 m hinder (76,2 cm)	7-kamp
	5 000 m tävlingsgång	
H 17	100 m	höjdhopp
	200 m	stavg hopp
	400 m	längdhopp
	800 m	tresteg
	3 000 m	kula (5,0 kg)
	110 m häck (91,4 cm)	diskus (1,5 kg)
	300 m häck (83,8 cm)	slägga (5,0 kg)
	1 500 m hinder (91,4 cm)	spjut (700 g)
	5 000 m tävlingsgång	10-kamp
D 17	100 m	höjdhopp
	200 m	stavg hopp
	400 m	längdhopp
	800 m	tresteg
	3 000 m	kula (3,0 kg)
	100 m häck (76,2 cm)	diskus (1,0 kg)
	300 m häck (76,2 cm)	slägga (3,0 kg)
	1 500 m hinder (76,2 cm)	spjut (500 g)
	3 000 m tävlingsgång	7-kamp

7.6 Regionmästerskapen i landsvägsgång

Regionens mästerskap i landsvägsgång arrangeras i följande grenar:

Herrar	20 km landsvägsgång
H 19	10 km landsvägsgång
H 17	5 km landsvägsgång
Damer	10 km landsvägsgång
D 19	10 km landsvägsgång
D 17	5 km landsvägsgång

Kommentar: Regionmästerskapen i landsvägsgång ska alltid arrangeras på en bana som är officiellt mätt. (se punkt 2.2)

7.7 Övriga bestämmelser för regionmästerskap

I klasserna H/D 19-17 kan regionmästerskapen enligt regionens beslut arrangeras vid olika tidpunkter (t.ex. mångkamper, hinderlöpningar, tävlingsgång och långa sträckor). Regionen godkänner det dagliga grenprogrammet.

I mångkamperna används den internationella poängtabellen även i grenar med lättare redskap än normalt.

I regionmästerskapen arrangeras inte lagmästerskap i fältgrenar, gång eller mångkamp.

I herrarnas och damernas regionmästerskap enligt punkt 8.1 har idrottaren rätt att delta i högst sex (6) grenar. I ungdomsklassernas regionmästerskap enligt punkt 8.5 har idrottaren rätt att delta i högst sex (6) grenar. Deltagarbegränsningen gäller endast de grenar som ordnas i samma tävling.

Regionmästerskapet ska avgöras med en tävling, inte med en serie tävlingar.

Endast finländska medborgare och i Finland fast bosatta utländska medborgare, som av SUL:s styrelse fått tillstånd att tävla som befullmäktigade deltagare i FM-tävlingar och RM-tävlingar kan tävla om regionmästerskap. (FM- och RM-rättigheterna har kombinerats i samma tillstånd).

Märk! Ovanstående begränsning gäller inte för i Finland fast bosatta till klassen P/F 15 eller yngre klasser hörande utländska medborgare då de tävlar i FM- eller RM-tävlingar i sina egna klasser.

I regionmästerskapen för klassen H/D 17 får delta tävlande, som under kalenderåret fyller högst 17 år. Rätt att delta har även 15 år fyllda och yngre tävlande.

Kommentar: Ovan nämnda betyder kort sagt, att klassen H/D 17 i RM-tävlingarna är helt öppen neråt. Vid RM-stafett kan regionen själv enligt eget övervägande besluta om den vill tillämpa liknande åldersbestämmelser (minst en löpare från ifrågavarande åldersklass) som i motsvarande klass i FM-stafetterna. Klassen H/D 19 är däremot "sluten" även på regionnivå, varför det är logiskt att förutsätta, att FM-stafetternas bestämmelse om lagets sammansättning även används i RM-stafetterna.

Tävlande ska ha ikraftvarande tävlingslicens. Tävlingens arrangörer är skyldiga att granska tävlingslicenserna för de tävlande som anmälts till tävlingarna.

I oklara fall är det den tävlandes skyldighet att före bekräftandet av deltagande påvisa att licensavgiften för innevarande år är betalad.

Om licensen löses först på tävlingsplatsen, har arrangörerna rätt att för detta debitera dubbel avgift.