

# FRIIDROTTENS MÄSTERSKAPSREGLER

Gäller från och med 1.1.2021

Godkända av SUL:s styrelse 15.11.2019

(Uppdaterad av tävlingsutskottet 18.11. 2020, blå text)

(Korrigerad 1.6.2021 – mångkamp D17 spjutvikt)

## Innehållsförteckning

<b>FRIIDROTTENS MÄSTERSKAPSREGLER</b> .....	1
<b>1. FINLÄNDSKA MÄSTERSKAPSTÄVLINGAR I FRIIDROTT</b> .....	2
1.1 Tävlingar.....	2
1.2 Tidpunkter.....	2
<b>2. MÄSTERSKAPSTÄVLINGARNAS ARRANGÖRER</b> .....	3
2.1 Ansökningsprocedur .....	3
2.2 Förutsättningar för ansökan .....	5
2.3 Kalevaspelens offerter .....	8
<b>3. MÄSTERSKAPSTÄVLINGARNAS EKONOMI</b> .....	9
<b>4. MÄSTERSKAPSTÄVLINGARNAS TÄVLINGSREGLER</b> .....	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 .....	19
4.6 Lagtävlingar i hopp- kastgrenar, mångkamper och gång (P/F 15-14).....	21
4.7 Av SUL utnämnda funktionärer.....	22
4.8 Övrigt.....	22
<b>5. MÄSTERSKAPSTÄVLINGARNAS SPECIALREGLER</b> .....	23
5.1 Kalevaspelen.....	23
<b>5.2 FM i terräng</b> .....	<b>24</b>
<b>5.3 FM i stafett</b> .....	<b>26</b>
5.4 FM i maraton .....	30
5.5 FM i landsvägslöpning.....	31
5.6 FM i landsvägsgång .....	31
5.7 FM för klasserna H/D 22-19 .....	32
5.8 FM för klasserna H/D 17-16 .....	35
5.9 FM för klasserna P/F 15-14 .....	38
5.10 FM i mångkamp .....	40
<b>5.11 Inomhus-FM</b> .....	<b>43</b>
5.12 Inomhus-FM i mångkamp .....	48
5.13 Vintermästerskapstävlingar i långa kast .....	49

# 1. FINLÄNDSKA MÄSTERSKAPSTÄVLINGAR I FRIIDROTT

## 1.1 Tävlingar

### Följande tävlingar har finländsk mästerskapsstatus:

- Kalevaspelen (FM för herrar och damer)
- FM i terränglöpning
- FM i stafett
- FM i maraton
- FM i landsvägslöpning
- FM i landsvägsgång
- FM för klasserna H/D 22-19
- FM för klasserna H/D 17-16
- FM för klasserna P/F 15-14
- FM i mångkamp
- Inomhus-FM för herrar och damer
- Inomhus-FM för klasserna H/D 22-19-17
- Inomhus-FM i mångkamp
- Vintermästerskapen i långa kast

## 1.2 Tidpunkter

Målsättningen är att de finländska mästerskapen arrangeras 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 om datum för mästerskapen.

Rekommenderade tidpunkter:

### Februari - mars

- ♦ Inomhus-FM för herrar och damer
- ♦ Inomhus-FM för klasserna H/D 22-19-17
- ♦ Inomhus-FM i mångkamp
- ♦ Vintermästerskapen i långa kast

### April – maj

- ♦ FM i landsvägslöpning

### April – maj eller september - oktober

- ♦ FM i terränglöpning

### Maj - augusti

- ♦ Stafett-FM

### Juli - augusti

- ♦ Kalevaspelen
- ♦ FM för H/D 22-19
- ♦ FM för H/D 17-16
- ♦ FM för P/F 15-14

### I augusti - september

- ♦ FM i mångkamp

SUL:s tävlingsutskott slår varje år fast tidpunkterna för övriga mästerskapstävlingar.

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

Dagarna för mästerskapstävlingarna är fredade för sådan tävlingsverksamhet, som uppenbarligen skulle beröra samma idrottare som man antar i normala fall skulle delta i ifrågavarande 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 tidsmässigt nära finländska mästerskapstävlingar eller under dessa.

## 2. MÄSTERSKAPSTÄVLINGARNAS ARRANGÖRER

### 2.1 Ansökningsprocedur

Finlands Friidrottsförbund (SUL) äger arrangörs-, reklam- och TV-rättigheterna för finländska mästerskapstävlingar. SUL har rätt att arrangera de finländska mästerskapstävlingarna själv eller bevilja arrangörrätten 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, FM i maraton, FM i landsvägslöpning, FM i landsvägsgång, FM i inomhusmångkamp samt vintermästerskapen i långa kast är undantag som alltid står fritt att sökas. Arrangörrätten för FM i maraton och i landsvägslöpning strävar man i första hand att ordna 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 (<https://www.yleisurheilu.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 en officiell ansökningsblankett.

Regionen säkerställer i samband med utlåtandet att alla ansökningskrav uppfylls.

Märk! Vintermästerskapen i långa kast söks inte och beviljas inte på samma sätt som övriga FM-tävlingar. För koordineringen av tävlingscirkulationen ansvarar tränings-avdelningen 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 arrangörsrätten för 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.

*Kommentar: Regionerna eller tävlingsutskottet beslutar inte om FM-arrangörsrättigheterna. Tävlingsutskottet kan avvika från regionens förslag och styrelsen kan avvika från tävlingsutskottets förslag.*

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 den region 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 till 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 eventuell 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 gäller följande villkor:

### Allmänt

Rätten att arrangera Kaleva Spelen och FM-stafetterna beviljas föreningar eller föreningsallianser, där någon av föreningarna då ansökan görs eller beviljas är minst en första-ligans förening.

Rätten att arrangera övriga FM-tävlingar beviljas föreningar eller allianser av föreningar, där någon av föreningarna då ansökan görs eller beviljas är minst en andra-ligans förening.

*Kommentar: Även en sådan sökande godkänns, som följande år kommer att stiga till den klass som krävs. Tävlingarna beviljas ju först under kalenderåret efter ansökan gjorts.*

Till alla ansökningar av FM tävlingar som omfattar grenar i långa kast skall bifogas ett skriftligt intyg från arenans ägare, på att alla grenar på tävlingsprogrammet (även slägga) får utföras på arenan. Ifall arrangören ämnar arrangera någon gren utanför den egentliga arenan (t.ex. stav eller kula på torg), så bör denna utredning finnas med som en egen bilaga.

Då ansökan görs måste arenan vara i FM-dugligt skick eller så bör det finnas stadens/kommunens bindande skriftliga beslut på att sätta arenan i skick med tillräckligt snabb tidtabell. Beslutet bifogas ansökan. Ansökningar vars arenor vid ansökningstidpunkten är i skick prioriteras.

En mättningsrapport över arenan måste bifogas ansökningsblanketten.

Om arenan renoveras eller beläggs efter beviljandet av tävlingen måste mättningsrapporten ges efter att arenan är klar.

Efter beviljande av FM-tävling kan SUL:s tävlingsutskott besluta att arenan skall granskas. Granskningen utförs av tävlingsutskottet befullmäktigad person(er). Tävlingens arrangör, i praktiken arenans ägare, måste förbinda sig att korrigera uppdagade fel och brister.

Medlemsavgiften till SUL måste vara betald före ansökan av FM-tävling.

Vid beviljande av stafett-FM beaktas även antal stafettlag som finns i lokala föreningar.

Inkvarteringskapaciteten måste vara tillräcklig på arrangörsorten eller inom dess närområde. Dessutom måste tävlingsplatsen för FM i terräng ligga nära bosättningsområde.

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

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

## Arenaförhållanden

Alla tävlingsplatser som används i tävlingen måste uppfylla de internationella reglerna för friidrott och reglerna nedan.

Med undantag för landsvägs- och terräng-mästerskap, beaktas endast de sökande som har en arena med permanent banbeläggning och lämpliga kastplatser löpar- och ansatsbanor samt minst sex (6) banor runt.

På orterna för Kalevaspelen, och FM-stafetterna måste finnas för FM-arrangemang lämpliga kastplatser, löp- 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 (8) banor runt. Ifall ansökningarna är jämbördiga så kan antalet banor vara avgörande.*

*Kommentar: Beläggningsmaterialet måste ha godkänt WA-certifikat.*

I hoppgrenarna i Kaleva Spelen måste det vara möjligt att ordna två parallella kval- eller mångkampsgupper samtidigt och i samma riktning. I andra mästerskap är detta en rekommendation.

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

*Kommentar: Begreppet "för FM-arrangemang lämpliga kastplatser och ansatsbanor" betyder bl.a. att det skall finnas tillräckligt antal tävlingsplatser i förhållande till antalet idrottare i tävlingen, så att tävlingarna kan genomföras i möjligast gynnsamma förhållande. Att man förutom i långa kast kan ordna två parallella kvalificerings- eller mångkampsgupper samtidigt i samma riktning. Det rekommenderas även att man vid behov kan löpa sprintersträckorna på 100–110-200 meter på bortre långsidan.*

*Kommentar: Ovan nämnda krav angående antal banor, kastplatser och ansatsbanor gäller naturligtvis utomhus-FM. Kraven gällande platserna för inomhustävlingarna ges i punkt 5.11.*

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 löpgrenar. I tävlingar med mångkamper bör speciell vikt läggas vid att tillräckligt stora viloutrymmen finns tillgängliga.

Läktarkapaciteten för Kaleva Spelen ska vara minst ca 5 000 sittplatser av vilka ca 2 000 platser under tak, om den totala kapaciteten är ca 7 000 platser. För FM-stafett ska läktarkapaciteten vara ca 500 sittplatser och i övriga FM-tävlingar i ungdomsklasser ca 200 platser under tak.

*Kommentar: Sittplatser med tak kan ordnas med tillfälliga lösningar.*

## Mätning och resultatservice

Vid FM-tävlingarna bör användas helautomatisk elektrisk tidtagarutrustning som uppfyller kraven i WA:s regel 165. I lopp som startas från egna banor ska starthögtalare användas på varje bana. I Kaleva Spelen samt i herr och dam- och ungdomsklassernas inomhus-FM måste det också finnas en målkamera på innerplan.

Elektrisk tidtagarutrustning krävs inte men rekommenderas vid arrangemang av mästerskapstävlingar i maraton, terräng, landsvägslöpning och -gång. I dessa tävlingar skall tidtagning med personliga transpondrar ordnas.

Vid FM-tävlingar bör resultaten i långa kast mätas med elektro-optisk takymeter, som koppas ihop med apparaturen för beräkning eller registrering av resultatet. Även videomätning är tillåtet i kastgrenar och i horisontella hoppgrenar.

På arenan bör finnas bra utrustning anpassad för live-resultatservice i realtid på nätet. I FM-tävlingar måste resultatserviceprogram godkända av SUL användas.

I Kaleva Spelen och i inomhus-FM skall apparatur för registrering av felaktig start användas. Det rekommenderas att utrustningen också används i övriga FM tävlingar där sprintsträckor ingår.

Vid Kaleva Spelen, stafett-FM, ungdomsklassernas-FM samt i inomhus-FM i allmän klass och i ungdomsklasserna skall arrangören sköta om att det i kurvorna, vid växlingsområden och vid starten för sprintsträckorna finns säkrande videoövervakning.

*Kommentar: Numera kan videoövervakning skötas t.ex. med smarttelefon och läsplat-  
tor utrustade med tillräckligt bra kamera.*

Vid Kaleva Spelen bör det enligt avtalet finnas en stor elektronisk resultattavla/videotavla, där bilden kan delas, eller alternativt två separata videotavlor. Alla resultattavlor för hopp och kastgrenarna samt målklockan ska vara elektroniska.

I alla andra FM-tävlingar med löp- eller gånggrenar måste en elektronisk målklocka användas. I övriga FM-tävlingars hopp- och kastgrenar skall åtminstone manuella resultattavlor användas. Användning av videotavla rekommenderas även vid andra televiserade FM tävlingar.

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

Rutterna i alla landsvägsgrenar (maraton, landsvägslopp och -gång) bör vara mätta, av en av SUL auktoriserad mätare av landsvägsrutter, med en mätningsmetod som är godkänd av WA. Mätningssintyg med karta och ruttbeskrivning ska sändas till SUL:s kansli och till SUL:s ansvariga banmätningsutbildare senast två veckor före ifrågavarande tävling. Arrangören är skyldig att ersätta mätarens resor, logi och uppehälle. 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 2022 tidigast ansöka om arrangemangen av Kalevaspelen till år 2028.*

Ur sökandens offert bör framgå den ersättning som betalas åt SUL. Offerten bör vara minst lika stor som det minimiresultatmål 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 utomstående skriftliga garanti för betalandet av ersättningen till förbundet. Dessutom rekommenderas att stadens/kommunens utlåtande om tävlingarna bifogas ansökan.

Ansökningsblanketten med bilagor skall överlämnas till SUL:s direktör senast den 15 februari.

*Kommentar: Hur ansökningen överlämnas spelar ingen roll, så länge all nödvändig information överlämnats i tid.*

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 presentera sina ansökningar vid mötet innan beslutet fattas.





### 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 arrangörsföreningarna fastställs vid oenighet förhållandet mellan föreningarnas Kaleva Maljapoäng under kalenderåret innan tävlingsarrangemanget.

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

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 deltagarna i de tre bästa lagen och dessutom en medalj åt föreningen ifråga.

Dessutom ges av förbundet bekostade guldmedaljer åt de individuella grensegrarnas personliga tränare.

*Kommentar: Den segrande idrottaren kan också räknas som tränare. I sådana fall delas även tränarmedaljen till idrottaren.*

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 vara skäliga.

Arrangören bekostar resor, logi och uppehälle för de personer som utsetts av SUL:s tävlingsutskott (se punkt 4.7). Reseersättningarna 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 WA: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.



OBS! När mästerskapstävlingens regler 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 mästerskapstävlingens regler, 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 anmälningsskedena inbegripna, som juryn eller dess ordförande ensam arbetar med frågor rörande ifrågavarande tävling. För juryns och dess ordförandes viktigaste rättigheter och skyldigheter är redogjort i de internationella tävlingsreglernas punkter 112 (Tekniska delegaterna), 119 (Juryn) och 146 (Protester). På SUL:s hemsida finns en utförlig lista på juryns uppgifter.*

Då det i tävlingarna görs en skriftlig protest för behandling i juryn, bör man då den lämnas in till tävlingskansliet 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. Protestavgiften är 50 €.

*Kommentar: En blankett för protest finns på SUL:s hemsida [www.yleisurheilu.fi](http://www.yleisurheilu.fi).*

Deltagare i finländska mästerskap 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 om poäng mellan föreningarna 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

#### Individuella grenar

I individuella mästerskap får en idrottsman bara delta i en åldersklass i samma tävling.

#### Allmän klass

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

#### Ungdoms klass

- ♦ I klasserna för 22-åringar får delta tävlande som under kalenderåret fyller 22, 21 eller 20 år.
- ♦ I klasserna för 19-åringar får delta tävlande som under kalenderåret fyller 19 eller 18 år.
- ♦ I klasserna för 17-åringar får delta tävlande som under kalenderåret fyller 17 eller 16 år.

I de grenar i utomhus-FM-tävlingarna för 17-16-åringar, som anges i punkt 5.8 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.

I FM-terräng (regelpunkt 5.2), FM i landsvägsgång (5.6) och i vintermästerskapens långa kast (5.13) kan endast de som under året fyller 14 eller 15 år delta i klassen för 15 åringar.

I de FM-grenar, för klasserna P/F 15 och 14 (regel 5.9), och FM-mångkamp P/F 15 och 14 (regel 5.10), som nämns i dessa regler har endast ifrågavarande åldersklass rätt att delta. Med andra ord får i 15-årsklassen delta idrottare som under ifrågavarande kalenderår fyller 15 år och i 14-årsklassen delta idrottare som under ifrågavarande kalenderår fyller 14 år.

*Kommentar: Juniorklasserna är stängda åldersklasser i individuella FM-tävlingar. En minst 16-årig idrottare kan välja om hen tävlar i egen åldersklass eller i allmänna klassen i samma tävling.*

*En 19 årig idrottare kan välja om hen vill tävla i 19-årsklassen eller i allmänna klassen. Dock kan en 16- eller 19-årig idrottare delta både i sin egen åldersklass i individuella grenar i FM-tävlingar och i Kaleva Spelen.*

*Kommentar: Ovan nämnda direktiv gällande åldersklasser gäller även lagtävlingar i hopp- och kastgrenar, 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.*

## Stafett

I stafettmästerskapen får en tävlande endast delta i tävlingarna för en åldersklass under samma dag.

I klassen H/D i stafett-FM, och i stafett i samband med inomhus-FM, kan idrottare som under året fyller minst 14 år delta.

I klasserna H/D 19-17 bör minst en av stafettlagets löpare höra till den åldersklass tävlingen gäller. De övriga löparna bör under ifrågavarande tävlingsår fylla minst 14 år.

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

*Kommentar: I stafett-FM kan en idrottare, samma tävlingsdag, delta i egen åldersklass samt i H/D klassernas gångstafett.*

## 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.



Rätt att delta i de finländska mästerskapstävlingar under utomhussäsongen som har resultatgränser, har tävlande som under innevarande eller föregående år uppnått resultatgränsen i grenen på utebanor. Dessutom godkänns de resultat, som under inomhussäsongen innan ifrågavarande FM-tävling gjorts i samma gren och som fyller kraven för utomhusgrenen. Noggrannare starttid för föregående års resultatperiod besluts årligen av tävlingsutskottet.

För de finländska mästerskapstävlingar under inomhussäsongen som har 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 10 000 m löpning räcker det även om man uppnått den egna klassens resultatgräns för 5000 m.
- ♦ På herrarnas och damernas 5 000 m räcker även resultatgräns på 3 000 m.
- ♦ På herrarnas och damernas 3 000 m för inomhus-FM 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 minimireultatnivå. Avgörande tas av juryn i tävlingen i fråga.*

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. tidtagningsgräns. För att få placering och tid så bör idrottaren gå ut på sitt sista varv före denna tidsgräns.

För FM-tävlingar inomhus följer man 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 medvindresultat.

Bansträckornas resultatgränser fastställs med två decimalers noggrannhet (alltså med hundraodelssekunder). 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 ett maratonresultat som ger 5-poäng innevarande år. 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 fastställs för FM.

### **Friidrottslicenser**

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

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

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

*Kommentar: Endast namnen på idrottare som har gällande friidrottslicens visas i "kilpailukalenteri". Friidrottslicensen behöver således inte granskas ifall anmälingen gjorts via "kilpailukalenteri".*

### **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.

Märk! Ovanstående gäller inte i Finland stadigvarande boende utländska medborgare som hör till klassen P/F 13 eller yngre då de tävlar i sina åldersklassers FM-tävlingar.

*Kommentar: I praktiken kan utländska idrottare i 13-årsklassen endast delta i 15-årsklassens stafettmästerskapstävlingar.*

*Kommentar: Läs gällande representationsregler på friidrottsförbundets hemsida.*

*Kommentar: Medborgarskap i två eller t.o.m. flera länder är inget hinder för del-*

*tagande 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 ifrågavarande idrottare inte fråntar 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 ifråga 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 ifrågavarande tillstånd att delta. Speciellt när det gäller Kalevaspelen eller allmänna klassens inomhus-FM har ordföranden för tävlingens jury högsta beslutsrätt i alla frågor gällande deltaganderätt.*

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

*Kommentar: Speciellt i TV sända tävlingar kan utländska idrottare inte delta.*

### **4.3 Anmälan**

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

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

Vid terränglöpning och inomhus-FM och vintermästerskapstävlingar är sista officiella anmälningdag söndagen före tävlingen.

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

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

Anmälan ska ske via kilpailukalenteri.fi. Det rekommenderas att arrangören använder nätbetalningstjänsten, så att anmälningavgiften uppbärs i samband med anmälan.

Att betala anmälningavgiften hör till en anmälan. Avgiften/avgifterna ska betalas senast på den sista officiella anmälningdagen för ifrågavarande FM-tävling. Om anmälningavgiften inte har betalats så är storleken på avgiften alltid sex gånger normala avgiften.

*Kommentar: Arrangören ska inte ge någon nummerlapp till idrottaren om anmälningavgiften inte är betald. I sådana fall skall anmälningavgiften först betalas sexfalt till arrangören.*

**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.

Endast föreningens officiella representanter kan göra anmälningar.

*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 (4.2) 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.

Tävlingens 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 av deltagande är ovillkorligt i alla FM-tävlingar.

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

*Kommentar: Noggrannare instruktioner ges i alla FM-inbjudningar.*

Den tävlande eller hans ombud kan bekräfta deltagande. Bekräftelse kan undantagsvis även försöka göras per telefon.

*Kommentar: Med grenens början avses det klockslag då ifrågavarande gren första gången förekommer i tävlingarnas tidtabell. Om t.ex. kvalet för en hopp- eller kastgren 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: Kopia av bekräftelseblanketten skall ges till den som gör bekräftelsen.*

*Kommentar: En elektronisk bekräftelsemetod kan också användas.*

*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 individuella tävlande. (Ovan nämnda text gäller inte stafetter).*

Om en tävlande inte, trots bekräftelse, deltar i en gren 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. Tävlingsarrangörerna bör tydligt informera om denna regelpunkt i de skriftliga direktiv som riktas till idrottarna.

*Kommentar: Regeln strävar speciellt till att minska de "sista sekundens" osäkra situationer som rör frågan om att löpa eller inte löpa heat. Det är klart att idrottaren inte begår något fel då han/hon i sista stund uteblir på grund av tydligt påvisbar skada som 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 liknande 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 FM-tävling 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. Eventuella resultat från tidigare skede av tävlingen förblir i kraft. Som exempel; om regelbrottet sker först i finalen så förblir resultat uppnådda i tidigare omgångar giltiga.

## 4.5 Försöksheat och kvalificering

Efter bekräftelse av deltagande beslutar 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 hopp- eller kastgrenar, 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 begynnelsestiden 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 och 5.9). Om försöksheat löps, går åtta (8) löpare till final.

Juryn 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 deltagarna till den egentliga finalen.

**Märk!** I **Kalevaspelen** är detta antal 10 tävlande!

Till final kommer alltid alla som klarat kvalgränsen, men dock minst ovan nämnda antal tävlande. Detta antal kan överskridas om två eller flera tävlande med oavgjort resultat delar sista kvalificeringsplatsen eller om juryn beslutar att kval inte arrangeras.

*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 oavgjord tävling om den sista platsen att gå vidare tillämpas WA:s regel 180.22 (horisontella hopp och kastgrenar) 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 utesluta 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 sprintstafetterna. Angående stafett 4x400 m se punkt 5.3!*

*Kommentar: På SUL:s webbplats finns en tabell med riktlinjerna för hur kvalificeringsomgångar och försöksheat ordnas.*

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

### **Heatens betydelse för A- och B-finaler**

I vissa FM-tävlingar löps A- och B-finaler (enligt 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.

*Kommentar: Om finalen avgörs utan heat, lottas banorna enligt statistik/ranking.*

Om man däremot går till A- och B-final **via heat**, 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.

I stafett-FM avgörs finalen med två jämnstarka finalheat ifall minst 6 försöksheat löps. Till finalen kvalificerar sig heatsegrarna och övriga på basen av uppnådda tider. Heaten indelas enligt tiderna i försöksheaten.

*Kommentar: Bästa heatet statistiskt sett (A-heatet) löps alltid sist.*

På 200 m i inomhus-FM tävlingar 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 försökstävlingen.*

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 hopp- kastgrenar, 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.

En förening kan för varje idrottare som uppnått A-poänggräns anmäla en idrottare som uppnått B-poänggräns till lagtävlingen. 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 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 samma resultat, 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 lagtävlingens resultat från de tre första omgångarnas resultat i den egentliga tävlingen.

*Kommentar: En idrottare med B-poänggräns är kvalificerad för de tre sista omgångarna om hen enligt resultaten i de tre första omgångarna är berättigad till detta.*

##### **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 utnämnda juryordföranden att det i FM-tävlingar där elektrisk tidtagning används finns en person som genomgått SUL:s målkamerautbildning på plats (antingen fungerande själv eller åtminstone övervakande verksamheten).

Dessutom ska SUL:s ansvariga startersutbildare övervaka att arrangören utser en erfaren Startreferee.

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 WA:s internationella regel 112 med de uppgifter och befogenheter som härtill hör.*

#### 4.8 Övrigt

I FM-tävlingarna är arrangörerna skyldiga att ge deltagande föreningarna ackrediteringar som ger stödpersonerna tillträde till områdena för idrottare (området för uppvärmning och idrottläktaren, men dock inte till själva arenan) samt tävlingarnas programblad.

Antalet ackrediteringar till tränare och stödpersoner samt deras eventuella avgifter avgörs årligen av tävlingsutskottet.

*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.*

*Kommentar: Med tränarkortet bör ges tillgång till områden som är viktiga för tränarens jobb.*

## 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, kvältävlingar i hopp- kastgrenar, 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:

<b>Herrar</b>	100 m	höjdhopp
	200 m	stavhopp
	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
<b>Damer</b>	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. SUL:s tävlingsutskott informeras regelbundet. Förslaget till tävlingarnas dagsprogram ska sändas åt tävlingsutskottet för utvärdering till dess möte i september året före Kalevaspelen. Det preliminära minutschemat behandlas på tävlingsutskottets novembermöte. Det slutliga tidsschemat godkänner juryns ordförande med fullmakt av tävlingsutskottet.

Vid uppgörande av tidsschema bör man undvika att placera grenpar på samma dag, t.ex. 100 m / 200 m eller 800 m / 1500 m.

Kalevaspelens alla tävlingar (med undantag av tävlingsgång) **inklusive kvalen i alla hopp- och kastgrenar** ska utföras på huvudarenan.

## 5.2 FM i terräng

Terrängmästerskapen arrangeras i följande grenar:

Herrar 10 km och mixed lagtävling tillsammans med damer  
4 km och lagtävling

Damer 10 km och mixed lagtävling tillsammans med herrar  
4 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.

Lagtävlingen på 10 km för herrar och damer löps som mixed med tre (3) löpare, med minst en löpare från herr- respektive damklassen i laget. Föreningens tre bästa löpare bildar föreningens I-lag, de nästa tre bildar det andra 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 lika 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.

Vid oavgjort resultat och om tredje löparen har samma placering i 10 km lagtävling delas placeringen.

Tävlingsrutten dras i omväxlande terräng där man undviker snårskog, farliga stigningar och branter eller andra dylika ställen som avsevärt 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.

Startrakan bör vara minst 100 m. Det följande 100 m långa avsnittet bör vara minst 5 meter brett. Startbågen/linjen bör vara minst 40 meter lång.

Den föreslagna banan ska godkännas av tävlingsjuryns ordförande.  
Rekommenderas att tävlingarna utförs i följande ordningsföljd:

*D 10 km*  
*H 10 km*  
*F 15 4 km*  
*P 15 4 km*  
*D 19 4 km*  
*H 17 4 km*  
*D 22 4 km*  
*H 22 6 km*  
*D 17 4 km*  
*H 19 6 km*  
*D 4 km*  
*H 4 km*

Ifall anmälda i klassen D 10 km eller H 10 km är mindre än 10 kan loppet startas samtidigt. Rekommendationen är inte bindande för tävlingarnas arrangör, utan denna kan planera en från föregående avvikande ordning. Tävlingsprogrammet ska planeras med möjligast korta pauser. Juryns ordförande godkänner tävlingarnas slutliga tidsschema.

### 5.3

### FM i stafett

Stafettmästerskapen arrangeras i följande grenar:

Herrar	4 x 100 m 4 x 400 m DMR * 4 x 1 500 m mixed ** 3 x 3 000 m gång	Damer	4 x 100 m 4 x 400 m DMR (*) 4 x 1 500 m mixed ** 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 4 x 100 m häck	D 17	4 x 100 m 4 x 300 m 3 x 800 m 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

\* **I DMR** (Distance Medley Relay) är sträckornas längder och löpordning följande: 1200 m, 400 m, 800 m och 1600 m.

\*\* **4 x 1500 m mixed stafett** löps;  
**jämna år:** man-kvinna-man-kvinna  
**udda år:** kvinna-man-kvinna-man

Tävlingsschemat ska planeras med möjligast korta pauser. Tävlingsjuryns ordförande fastställer tidsschemat. Arrangörerna gör upp ett förslag till tidsschema 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 lagsammansättningen och/eller löpordningen, bör härom göras en ny skriftlig bekräftelse senast 90 minuter innan ifrågavarande final börjar.

Utbyte av högst fyra reservlöpare enligt WA:s regler får ske till sista stund.

*Kommentar: Den nämnda WA-regeln 170.10 säger, att sedan **laget har inlett tävlingen** får man i fortsättningen använda **högst fyra** 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 tre tävlande.*

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

*Kommentar: När tävlingen startat kan inte tävlande bytas mellan föreningens lag av någon orsak, t.ex. flytta en tävlande från föreningens andra lag till första laget.*

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, 3 x 800 m och DMR
- ♦ 4 x 100 m häck och 4 x 80 m häck

*Kommentar: Märk i detta sammanhang även den i punkt 4.2 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.

4 x 1500 m och DMR-stafett startas från den bågformade startlinjen.

*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). Växlingsområdena kan utmärkas genom att med tejp dra rätta 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 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 bågformad 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.*

### Kvalificering till final i herrarnas och damernas 4 x 400 m

Rankingen görs enligt lagens löpta tider under innevarande- eller föregående års bästa statistiktider på 4 x 400 m. Två års statistiktider beaktas således. Domarjuryen har dock möjlighet göra ändringar i rankingen ifall lagets statistiktid från det senaste året inte motsvarar årets lagsammansättnings kapacitet. För varje förening räknas bästa löpta tid, alltså föreningens första lags ranking-placering. Föreningarnas eventuella övriga lag löper normalt i andra heat än i heta heatet. Domarjuryen kan besluta om annan heatindelning ifall lagets kapacitet klart kräver detta.

### 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". Växlingen i skyttelstafetten sker genom handberöring, bakom växlingskappen. Den löpare som ger sig iväg bör efter växlingskontakten sätta sig i rörelse från stillastående.

*Kommentar: Den som ger sig iväg får inte ta fart på förhand bakom vimpelkapparna, utan personen bör invänta växlingsögonblicket stående på sin plats med båda fötterna på marken. Handen bör hållas bakom vimpelkappen men kan naturligt sträckas framför kappen, t.ex. som vid 1500 m start.*

*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
DMR	D
DMR	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
3 x 3 000 m gång *	H

### 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
4 x 400 m	H 19
4 x 1500 m mixed	H och D
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 FM i maraton

Maratonmästerskapen löps i följande klasser:

Herrar	maraton
Damer	maraton

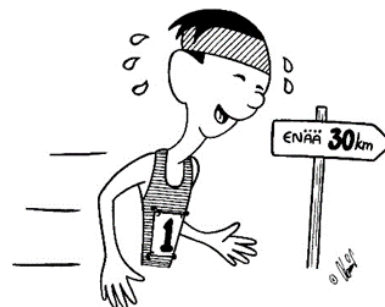
Tävlingsbanan dras på hårt underlag (t.ex. asfalt) undvikande branta kurvor och stora höjdskillnader samt utnyttjande motions- och gångvägar eller en del av vägbanan som avskilts från trafik. En liten del av den totala sträckan kan vara på en mjukare yta, till exempel en välbelagd stendamms- eller grusväg.

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 WA: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. En liten del av det totala avståndet kan vara på en mjukare yta, till exempel en välbelagd väg med stenaska eller sand.

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 WA: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 mästerskapen i landsvägsgång är grenarna:

Herrar	30 km
H22	20 km
H19	10 km
H17	10 km
P15	5 km
Damer	20 km
D22	20 km
D19	10 km
D17	5 km
F15	5 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 WA: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).

I alla andra FM tävlingar i gång, med undantag för inomhus-FM och stafettävlingar, används depåbana enligt regel 230.7 (c).

## 5.7

### FM för klasserna H/D 22-19

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

<b>H 22</b>	100 m	höjdhopp
	200 m	stavhopp
	400 m	längdhopp
	800 m	tresteg
	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)	5 000 m tävlingsgång
<b>D 22</b>	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
<b>H 19</b>	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)	5 000 m tävlingsgång
<b>D 19</b>	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. Även banordningen lottas enligt rankinglistan. 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		final
1 500 m		final
110 m häck	heat (+ semifinal)	final
3 000 m hinder		final
5 000 m tävlingsgång		final
höjdhopp		final
längdhopp	kval	
kula	kval	final

#### **D 22 och D19**

400 m		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		final
stavhopp		final
längdhopp		final
slägga		final

### D 22 och D19

100 m	heat + semifinal	final
800 m		final
längdhopp		final
kula		final
slägga		final

## Tävlingsdag 3

### H22 och H19

200 m	heat	final
5 000 m		final
400 m häck		final
tresteg		final
diskus		final
spjut		final

### D22 och D19

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

## 5.8

### FM 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.

<b>H 17-16</b>	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 (83,8 cm)	
	3 000 m tävlingsgång	
<b>D 17-16</b>	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)	
	3 000 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. Även banordningen lottas enligt rankinglistan. 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
3 000 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
3 000 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

## 5.9 FM 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)
- ♦ Landsvägsgång för klasserna P/F 15-14 (se punkt 5.6)
- ♦ Mångkamperna för klasserna P/F 15-14 (se punkt 5.10)
- ♦ Inomhus mångkamp för klasserna P/F 15 (se punkt 5.12)
- ♦ Vintermästerskap i långa kast för P/F 15 (se punkt 5.13)

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:

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

<b>F15</b>	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
<b>F14</b>	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 tidsschema 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 sprint- 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:

<b>I tävlingsdagen</b>	<b>II tävlingsdagen</b>	<b>III tävlingsdagen</b>
<b>P15 och P14</b>	<b>P15 och P14</b>	<b>P15 och P14</b>
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**

300 m häck  
 1 500 m hinder  
 3 000 m gång  
 stavhopp  
 spjut

**F15 och F14**

100 m  
 800 m  
 80 m häck  
 längdhopp  
 kula  
 slägga

**F15 och F14**

300 m  
 2 000 m  
 höjdhopp  
 tresteg  
 diskus

**5.10 FM i mångkamp**

Mästerskapen i mångkamp arrangeras under två på varandra följande dagar. 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 på våren i "kilpailukalenteri.fi".

**Mästerskapen i mångkamp arrangeras i följande grenar:**

**Tvådagars mångkamper:**

	I dagens grenar	II dagens grenar
<b>H 22</b>	<b>10-kamp</b> 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





<b>D 22</b>	<b>7-kamp</b> 100 m häck (83,8 cm) höjdhopp kula (4,0 kg) 200 m	längdhopp spjut (600 g) 800 m
<b>H 19</b>	<b>10-kamp</b> 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
<b>D 19</b>	<b>7-kamp och lagtävling</b> 100 m häck (83,8 cm) höjdhopp kula (4,0 kg) 200 m	längdhopp spjut (600 g) 800 m
<b>H 17</b>	<b>10-kamp</b> 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
<b>D 17</b>	<b>7-kamp</b>  100 m häck (76,2 cm) höjdhopp kula (3,0 kg) 200 m	längdhopp spjut (500 g) (korrigerat 1.6.2021) 800 m

## Endagsmångkamper:

### **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 WA: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 4.6 i dessa regler.

## 5.11 Inomhus-FM

Inomhus-FM 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 runda bana ska vara den i WA:s regel 213.1 rekommenderade 200 m. Finländska inomhusmästerskapstävlingar 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 WA:s regler beskrivna gruppstarten från två bågformiga 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 inomhustävlingar löps endast A-final efter försöksheaten (se regel 4.5).

Hopp- och kastrenarna 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 5.11) finns inte någon begränsning av antalet grenar idrottaren kan delta i.

Ändring av lagsammansättning i hallmästerskapens 4 x ett varv stafett kan göras 45 min efter bekräftningstidens utgång (90 min), alltså senast 45 min före grenens starttid. Ändringen kan göras utan tävlingsläkarens utlåtande.

## Inomhus-FM för herrar och damer

Mästerskapens grenprogram är följande:

<b>Herrar</b>		<b>Damer</b>	
	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.

Inomhus-FM:s dagsprogram är följande:

	<b>I tävlingsdagen</b>	<b>II tävlingsdagen</b>
<b>Herrar</b>	60 m	200 m
	400 m	800 m
	1 500 m	3 000 m
	höjdhopp	60 m häck
	tresteg	300 m häck *
	5 000 m tävlingsgång	stavhopp
		längdhopp
		kula
		4 x 1 varv
<b>Damer</b>	60 m	200 m
	400 m	800 m
	1 500 m	3 000 m
	längdhopp	60 m häck
	stavhopp	300 m häck *
	kula	höjdhopp
	3 000 m tävlingsgång	tresteg
		4 x 1 varv

## Inomhus-FM för klasserna H 22 och D 22

Mästerskapens grenprogram är följande:

<b>H 22</b>		<b>D 22</b>	
	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)

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

Mästerskapens dagsprogram är följande:

	<b>I tävlingsdagen</b>	<b>II tävlingsdagen</b>
<b>H 22</b>	60 m 400 m 1 500 m höjdhopp tresteg 5 000 m tävlingsgång	200 m 800 m 3 000 m 60 m häck 300 m häck * stavhopp längdhopp kula
<b>D 22</b>	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

## Inomhus-FM för klasserna H 19 och D 19

Mästerskapens grenprogram är följande:

<b>H 19</b>	<b>60 m</b>	<b>D 19</b>	<b>60 m</b>
	200 m		200 m
	400 m		400 m
	800 m		800 m
	3 000 m		3 000 m
	60 m häck (99,1 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 (6,0 kg)		kula (4,0 kg)

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

Mästerskapens dagsprogram är följande:

<b>I tävlingsdagen</b>		<b>II tävlingsdagen</b>	
<b>H 19</b>	60 m		200 m
	400 m		800 m
	3 000 m		60 m häck
	höjdhopp		300 m häck *
	längdhopp		stavhopp
	kula		tresteg
	5 000 m tävlingsgång		
<b>D 19</b>	60 m		200 m
	400 m		800 m
	3 000 m		60 m häck
	stavhopp		300 m häck *
	tresteg		höjdhopp
	3000 m tävlingsgång		längdhopp
			kula

## Inomhus-FM för klasserna H 17 och D 17

Mästerskapens grenprogram är följande:

<b>H 17</b>		<b>D 17</b>	
	60 m		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
	höjdhopp		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

Mästerskapens dagsprogram är följande:

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

## 5.12 Inomhus-FM i mångkamp

Inomhus-FM i mångkamp arrangeras under två på varandra följande dagar beroende på hallens banor, hopp- och kastplatser. Varje skild 7-kamp i klasserna H och H-22-19-17 arrangeras 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.

Märk! I juniorklasserna är häckhöjderna och redskapens vikt de samma som i de individuella grenarna i ifrågavarande åldersklass. Juryns ordförande fastställer tidsschemat. Arrangörerna gör upp förslaget till tidsschema i god tid före tävlingarna.

Mästerskapens grenprogram är följande:

	<b>I tävlingsdagen</b>	<b>II tävlingsdagen</b>
<b>H + H22-19-17</b>	<b>7-kamp</b>	
	60 m längdhopp kula höjdhopp	60 m häck stav 1 000 m
<b>D + D22-19-17</b>	<b>5-kamp (som 1-dagstävling)</b>	
	60 m häck höjdhopp kula längdhopp 800 m	
<b>P15</b>	<b>5-kamp (som 1-dagstävling)</b>	
	60 m häck längdhopp kula stav 1 000 m	
<b>F15</b>	<b>5-kamp (som 1-dagstävling)</b>	
	60 m häck höjdhopp kula längdhopp 800 m	



## 5.13 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 inomhussäsongens FM-tävlingar och därför delas inte FM-poäng ut i dessa

Vintermästerskapens officiella grenar är diskus-, slägg- och spjutkastning i klasserna H/D, H/D19-17 samt P/F15.

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 inomhus eller på ute arena beroende på ortens 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 förhållanden ställer även genomföras med användning av icke standard kastredskap, som exempelvis spjut försedda med trubbiga spetsknoppar. Därmed kastade resultat är inte statistik- eller rekorddugliga.