

Grattis och välkomna till riksfinalen i Kraftmätningen!



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

Ni har tagit er igenom kvalomgången och snart är det dags för riksfinalen som avgörs i Uddevalla och Göteborg den 31 augusti–2 september.



IK ORIENT
Uddevalla



SVENSK FRIIDROTT

Tävlingsbestämmelser

Lagsammansättning

Ett **mixat lag** består av 6–16 personer födda 1997–99, varav minst tre och högst elva av respektive kön. (Högst en pojke och en flicka får vara född 1999.)

Ett **pojk- eller flicklag** består av 3–11 personer, födda 1997-99. (Högst en deltagare får vara född 1999.)

Alla deltagare har rätt att starta i alla grenar. För att laget ska kunna få full poäng måste minst tre personer starta i varje gren.

Grenprogram

Pojkar 15	800 m, 100 m häck, höjd, längd, kula och spjut
Flickor 15	800 m, 80 m häck, höjd, längd, kula och spjut
Stafett	6x200 m (3 pojkar + 3 flickor, gäller endast mixade lag)

Löpning: Ett lopp för alla, inga finaler

Höjd: 4 cm höjningar genom hela tävlingen

Längd, kula, spjut: Alla deltagare har tre försök

Stafett: Två kurvor på skilda banor. Pojkar på sträcka 1, 3 och 5. Flickor på sträcka 2, 4 och 6.

Poängberäkning

För att räkna ut lagets poäng används 1999 års utgåva av mångkampstabellerna för pojkar och flickor 14-15 år.

Kostnadsfritt deltagande och fribiljetter till Finnkampen!

Ingen anmälningsavgift tas ut för deltagande i Kraftmätningens final! Arrangören får istället ett bidrag som kompenserar uteblivna anmälningsavgifter.

När tävlingen har avslutats på söndagen är alla aktiva och lagledare välkomna att stanna på Ullevi för att se upplösningen av den klassiska Finnkampen – världens äldsta friidrottslandskamp!

För de lag som har längre än 50 mil enkel resa till Uddevalla utgår dessutom ett resebidrag.



SVENSK FRIIDROTT

Poolindelning och tidsprogram

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

Gul pool (lag 1–5 i kvalomgången)

IFK Växjö, Linköpings GIF, Huddinge AIS, IFK Tumba och Malmö AI

Röd pool (lag 6–10 i kvalomgången)

Hässelby SK, IF Göta, Täby IS, IK Ymer och Brattås CK

Blå pool (lag 11–16 i kvalomgången)

Västerås FK, Nyköpings BIS, Sundsvalls FI, Piteå IF, Hammarby IF och Luleå FIF

Grön pool (resterande flick- resp. pojklag)

Flickor: IFK Helsingborg, Göteborgs KIK, Hovslätts IK och Upsala IF

Pojkar: Ullevi FK, IF Rigor, Upsala IF och Haparanda SKT

Tidsprogram fredag (Rimnersvallen)

<i>Kl.</i>	<i>Löpning</i>	<i>Höjd</i>	<i>Längd</i>	<i>Kula</i>	<i>Spjut</i>
15.00		P15 grön	F15 gul	P15 blå	F15 röd
16.10		P15 röd	F15 grön	P15 gul	F15 blå
17.20		P15 blå	F15 röd	P15 grön	F15 gul
18.30		P15 gul	F15 blå	P15 röd	F15 grön

Tidsprogram lördag (Rimnersvallen)

<i>Kl.</i>	<i>Löpning</i>	<i>Höjd</i>	<i>Längd</i>	<i>Kula</i>	<i>Spjut</i>
09.30		F15 blå	P15 röd	F15 gul	P15 grön
10.50		F15 röd	P15 blå	F15 grön	P15 gul
12.20	F15 80 mh		P15 grön		P15 röd
13.40	P15 100 mh	F15 gul		F15 blå	
15.00		F15 grön	P15 gul	F15 röd	P15 blå
16.30	F15 800 m				
17.30	P15 800 m				

Tidsprogram söndag (Ullevi)

<i>Kl.</i>	<i>Löpning</i>
14.00	Stafett 6x200 meter mix, heat 1
14.10	Stafett 6x200 meter mix, heat 2

Stafetten genomförs i två heat: De lag som ligger på placering 1–8 efter de individuella grenarna startar i heat 1 och placering 9–16 i heat 2.

Boende, mat och biljetter till Finnkampen

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

- Mixlag: Högst 16 aktiva och 3 ledare
- Flicklag: Högst 11 aktiva och 2 ledare
- Pojklag: Högst 11 aktiva och 2 ledare

Om någon klubb kommer med fler ledare/föräldrar/supportrar...

- går det att köpa matbiljetter styckevis på plats i Rimnershallen
- rekommenderar arrangören boende på Best Western Carlia Hotell, www.carlia.com, tel. 0522-141 40. Om du uppger bokningskoden Kraftmätningen är priset per natt 650:- för enkelrum, 800:- för dubbelrum och 1000:- för dubbelrum med extrasäng.
- får dessa köpa sina egna biljetter till Finnkampen

Hela helgens program

Fredag 31 augusti

- 14.00 Lagledarmöte i Rimnershallen, mötesrum 1 plan 2
- 15.00 Start för fredagens tävlingar
- Incheckning på Uddevalla gymnasieskola, Östrabo 2 Yrkesskola, Infanterivägen 1, 451 34 Uddevalla, kan ske tidigast från 17.00
- **Middag** serveras i Rimnershallen mellan 18.00 och 20.30

Lördag 1 september

- **Frukost** serveras i Rimnershallen mellan 7.30 och 10.00
- 09.30 Start för lördagens tävlingar
- **Lunch** serveras i Rimnershallen mellan 11.30 och 14.30
- 18.20 (ca) Slut på lördagens tävlingar
- **Middag** serveras i Rimnershallen mellan 17.30 och 19.30

Söndag 2 september

- **Frukost** serveras i Rimnershallen (Sporthall A) mellan 8.30 och 10.00. I samband med frukosten genomförs prisutdelning för flick- och pojkklassen.
- Efter frukosten städar lagen där de bott på skolorna. Lokalerna ska vara städade och utrymda senast 11.30
- Transport till Göteborg
- Ingen gemensam lunch serveras på söndagen
- 14.00 Stafettlöpning och därefter prisutdelning, på Ullevi
- 15.00-ca 18.00 Finnkampens andra dag på Ullevi

Anmälan

Anmälan till finalen i Kraftmätningen sker i två steg:

Senast den 14 augusti behöver arrangören ha följande uppgifter:

- Besked om färdstätt – hyrd buss, tåg eller annat – samt ungefärlig ankomsttid till Uddevalla på fredagen
- Namn och kontaktuppgifter till ansvarig lagledare

Senast den 22 augusti skickas anmälan med preliminär laguppställning inklusive personbästa i löpgrenar samt höjdhopp för att underlätta seedning. Här ska också namn på samtliga medföljande lagledare (högst tre personer) anges. Om någon av deltagarna eller ledarna har allergier eller av annan anledning behöver anpassad kost ska detta också anges i samband med anmälan.

Anmälan skickas till IK Orient, orientuddevalla@gmail.com med kopia till Daniel Bergin, daniel.bergin@friidrott.se

Upplysningar om finalen i Kraftmätningen

Tävlingsledare: Kalle Aldeborg, 073-030 20 85, karlarn.aldeborg@comhem.se
Svensk Friidrott: Daniel Bergin, 010-476 53 36, daniel.bergin@friidrott.se (semester under perioden 8 juli-13 augusti)



*Årets upplaga av Kraftmätningen
är den sjunde i ordningen!*