



# Smålands DM 2019 i CASTORAMA



- Tävlingsperiod:** Samma som för SFIF, lördag 24 aug - söndag 20 okt.
- Arrangör/plats:** Valfritt. Föreningarna arrangerar i huvudsak på sina hemmabanor, men inrapporterade resultat från andra tävlingar godkänns också.
- Grenar/ordning:** Män: Kula 7.26 kg, Spjut 800 g, Diskus 2.0 kg, Slägga 7.26 kg.  
Kvinnor: Kula 4.0 kg, Spjut 600 g, Diskus 1.0 kg, Slägga 4.0 kg.  
Grenarna måste genomföras i denna ordning och under en dag.
- Antal försök:** Minst ett och max fyra försök per aktiv och gren. Man måste alltså starta i alla fyra grenarna, annars räknas Castoramor som avbruten och då får man *inte* något slutresultat (däremot är gren-res giltiga).
- Antal Castoramor:** Ingen begränsning, om en aktiv gör flera Castoramor under perioden räknas det bästa resultatet.
- Poängberäkning:** IAAF:s manliga poängtabell från 1962 och kvinnliga från 1971 ska användas. För K slägga (som saknas) används tabellen för spjut. Poängen från de fyra grenarna summeras till ett Castorama-resultat.
- Lagtävling:** DM-status även på en lagtävling (M+K ihop) där föreningens samtliga Castorama-resultat under perioden (ett resultat/aktiv) summeras. (Svenska FIF begränsar sig till "de tolv bästa" i sin lagtävling.)
- Protokoll:** [Svenska FIFs Castorama-protokoll](#) kan med fördel användas, både som protokoll och som resultatlista.
- Resultatrapport:** Ska vara SmFIF tillhanda senast onsdag 23 okt för att tas med i DM. Antingen skickas en resultatlista vid eget arr, eller ett tips med länk till en sådan vid deltagande i Castoramor utom distriktet.  
E-post: [markus.andersson@smfif.se](mailto:markus.andersson@smfif.se)  
Post: Smålands FIF, Kungshallsvägen 10, 382 43 Nybro  
Senare inkommen resultatlista eller tips tas EJ med i DM, men resultaten godkänns i övrigt och hamnar i årsbästa-statistik, osv.
- Resultatlista:** [www.smfif.se/Tavlingar/Resultatarkiv/2019/DM-castorama-2019.pdf](http://www.smfif.se/Tavlingar/Resultatarkiv/2019/DM-castorama-2019.pdf)
- Prisutdelning:** DM-medaljer till de tre bästa männen, kvinnorna och lag/klubbarna delas ut vid Smålands FIFs Årsmöte i feb/mars 2020.