



## PM Floraspelen 10-11 januari 2026

Skellefteå AIK Friidrott önskar alla tävlande, ledare, funktionärer och publik välkomna till Floraspelen!

|                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Arena</b>            | Florahallen, Torsgatan 30, Skellefteå                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Tävlingsstart</b>    | Kl. 10:00 lördag, 09:00 söndag                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Nummerlappar</b>     | Nummerlappar finns att hämta i entrén och lämnas tillbaka efter avslutad tävling. Nummerlappen ska bäras på bröstet med undantag för stavhopp där nummerlappen kan bäras på ryggen. Utdelning av nummerlappar från klockan 08:30 lördag och till tävlingens slut.                                                                                                                                                                                  |
| <b>Efteranmälan</b>     | Sker digitalt fram till 6 januari via <a href="https://easyrecord.se">easyrecord.se</a> . Vissa grenar är fulla och går det inte gör anmälan så är grenen stängd. Efteranmälan kan ske på plats (vid nummerlappsutdelningen) senast 1 timme innan start i mån av plats.                                                                                                                                                                            |
| <b>Avprickning</b>      | Avprickning sker digitalt på <a href="https://easyrecord.se">easyrecord.se</a> för alla löpgrenar senast 1 timme innan grenstart. Avprickning på teknikgrenar görs vid grenen 10minuter innan grenstart. Mångkamparna prickar av sig direkt vid grenen ca 10minuter innan grenstart. Gäller även löpgrenar i mångkampen.                                                                                                                           |
| <b>Resultatlistor</b>   | Resultaten kommer publiceras direkt på <a href="https://easyrecord.se">easyrecord.se</a> , där det även finns möjlighet att följa tävlingen live. Vi kommer även publicera resultat på vår hemsida <a href="https://www.skellefteaaiikfriidrott.se">www.skellefteaaiikfriidrott.se</a> i efterhand. Personliga resultatkort för deltagare i klassen F/P11 eller yngre finns att hämta på <a href="https://www.easyrecord.se">www.easyrecord.se</a> |
| <b>Försök och final</b> | Vid för få avprickade utgår försök, och endast final springs på utsatt försökstid.<br>På sträckor 200m och uppåt tillämpas direktfinal, där bäst tid vinner oavsett heat.<br>Alla som tävlar i PF7-11 har 3 försök i alla teknikgrenar.<br>De som tävlar i PF13 och äldre har 3+3 försök där de 8 bästa går vidare till de sista 3 omgångarna.                                                                                                     |

## Höjningsschema

### Höjd

**F/P7** 5cm höjning 71-101cm sedan +3cm  
**F/P9 & F11** 5cm höjning 71-111 sedan +3cm  
**P11** 5cm höjning 74-109 sedan + 3cm  
**F13** 5cm höjning 99-119 sedan +3cm  
**P13** 5cm höjning 99-114 sedan +3cm  
**F15** 5cm höjning 104-139cm sedan + 3cm  
**P15** 5cm höjning 123-158 sedan + 3cm  
**K & F17** 5cm höjning 118-143 sedan + 3cm  
**M/P17/MV** 5cm höjning 135-155 sedan +3cm  
**KV** 5cm höjning 99-119 sedan +3cm

### Stav

**F13** 20cm höjning 117-157 sedan + 10cm  
**P13** 20cm höjning 135-175 sedan + 10cm  
**F15** 20cm höjning 147-187 sedan + 10cm  
**P15/17** 20cm höjning 187-247 sedan + 10cm  
**K/F17/V** 20cm höjning 155-255 sedan + 10cm

## Invägning

Sker i förrådet till vänster om sekretariatet. Telefonnummer kommer sitta på anslagstavlan som man kan ringa när man vill ha något invägt.

## Hoppgruppar

Vi kommer nyttja 2st hoppgruppar, Längd 1 är gropen närmast starten på 60m, och Längd 2 är den närmast ingången.

## Höjdhopp

Vi kommer nyttja 2st höjdmadrasser. Höjd 1 är madrassen närmast 60m målet, och Höjd 2 är madrassen närmast 60m starten.

## Mångkamp

Vi kommer dela upp deltagarna i flera pooler vid många startande. Se startlistan på [easyrecord.se](http://easyrecord.se) för att se vilken pool ni tillhör. PF 7-9 kommer att stöta kula med gummikula (1,5kg) på sidan av kastområdet.

## Vortex

Nytt för i år är att vortex kommer köras uppe i gympasalen på söndag förmiddag.

## Protester

Lämnas direkt till grenledare av den aktive själv eller någon representant för den aktive. Detta sker på plats eller direkt efter avslutad tävling.

## Omklädning

Omklädningsrum kommer finnas tillgängligt.

## Spiklängd

7 mm i löpningar och 9 mm i hopp. Observera att vissa äldre spikskor inte är godkända att tävla i. Ni kan kolla om era skor är godkända [HÄR](#)

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Uppvärmning</b>    | Sker i gympasalen på våning 2. Ingång via kiosken. <b>Inga spikskor i gympasalen!</b> Uppvärmning med spikskor sker i friidrottshallen i mån av plats. På söndag nyttjas Gympasalen för vortexkastning fram till ca 11:00. Uppvärmning får då ske i friidrottshallen.                                                                                                                        |
| <b>Kiosk</b>          | Finns en korvkiosk nere i foajen och ett café en trapp upp. Luncher och lyxigt fika finns att köpa.                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Prisutdelning</b>  | Sker snarast efter avslutad gren. Pokaler till de tre främsta i varje gren i klasserna P/F13 och äldre, som direkt efter grenen är avslutad går till prisutdelningen.<br>Deltagarpokal till alla i mångkampen, samt en deltagarmedalj till samtliga som deltar i grenar i klasserna P/F11 och yngre.<br>Deltagarmedaljen kan hämtas ut vid prisutdelningen när man tävlat klart på söndagen. |
| <b>Parkering</b>      | Gratis parkering på befintliga parkeringsplatser utanför Florahallen lördag och söndag (man får dock ej använda motorvärmare). Det finns även parkeringar vid Floraskolan.                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Övrig info</b>     | Under tävlingarna kommer vi ta bilder och filma, om ni inte vill vara med på bild eller film, kontakta oss <b>senast</b> 8:e Januari. Nytt för i år är att vissa löpningar kommer ha en presentation med filmkamera som sänder bild direkt till en projektorduk i hallen. Ingen film sparas eller sänds via nätet, så filmen syns endast på duken i hallen.                                  |
| <b>Tävlingsledare</b> | Emma Granlund, <a href="mailto:info@aikfriidrott.com">info@aikfriidrott.com</a><br>Niklas Wiklund, <a href="mailto:info@aikfriidrott.com">info@aikfriidrott.com</a> tel. 0760225973                                                                                                                                                                                                          |

