

PM IVSM Mångkamp 2026

Lördagen den 31a januari 2026

ARENA

Tävlingen avgörs i Sollentuna Friidrottshall.

Adressen är Strandvägen 73, Sollentuna, vid Sollentunavallen.

Inne i arenan får ingen gå med skor som har använts utomhus. Ta därför med extraskor för inomhusbruk. Innerplan får bara beträdas av tävlande i aktuell gren samt funktionärer.

PARKERING sker på parkeringsplatsen *ovanför* Sollentunavallen med infart från Sollentunavägen. Promenad ner från parkeringen, via Sollentunavallen till Sollentunahallen ca 5-10 minuter. Det finns även parkering i Sollentuna Centrum. Ingen parkering vid friidrottshallen.

AVPRICKNING sker endast online på easyrecord.se senast 60 min före utsatt starttid för första gren i mångkampen respektive 60 min innan individuell gren. OBS! Tävlande som inte prickar av sig i tid tillåts ej starta i grenen.

STARTTIDER OCH TIDSPROGRAM finns publicerat på <http://turebergfriidrott.se> och på [SM-sidan](#)

KLASSINDELNING

M35 – M95 i 5-årsintervaller

K35 – K95 i 5-årsintervaller

Poängberäkning enligt WMA Modell 2023

NUMMERLAPPAR för alla aktiva hämtas precis innanför ingången till själva tävlingshallen och skall bäras under hela tävlingen. Nummerlapparna får inte vikas, reklamen måste vara synlig.

EFTERANMÄLAN går att göra vid nummerlapparna i mån av plats i aktuell gren. Avgift framgår av inbjudan till tävlingen

UPPVÄRMNING sker inomhus i friidrottshallen på anvisad plats.

UPPROP/CALLING vid respektive gren 20 minuter före grenstart.

REDSKAP Egna redskap lämnas för kontroll hos tekniska ledaren senast 60 min före start av aktuell gren

FÖR DIG SOM ANVÄNDER SPIKSKOR: I hallen får enbart aluminiumspik, pyramidformat 5mm användas.



SVENSK FRIIDROTT

Turebergs
FRIIDROTTSKLUBB

HÖJDHOPP: Genomgångshöjd 130cm. Höjning med 3 cm intervall i alla klasser. Ingångshöjd i respektive klass sätts tillsammans med de aktiva.

LÄNGDHOPP OCH KAST: Tre hopp / kast per tävlande i mångkampen

RESULTAT: Resultat kommer att publiceras på Easyrecord

PRISUTDELNING: Sker i direkt anslutning med sista gren för samtliga klasser

CAFETERIA finns i friidrottshallens foajé.

SJUKVÅRDSPERSONAL finns centralt inne i friidrottshallen.

PROTESTER Ges muntligt på tävlingsplatsen till grenledare. Om grenen är avslutad lämnas protest/ överklagan av domslut till sekretariatet skriftligt senast 30 min efter kunggjort resultat. Deposition 500:- kontant eller via swish. Om överklagan leder till ändrat domslut återbetalas depositionen.

RESULTATTÄVLING:

Parallellt med IVSM mångkamp genomförs en resultattävling. Följande gäller för denna tävling utöver samma regler som för mångkampen.

KULA, VIKTKASTNING: Fyra stötar/kast per deltagare i resultattävlingen

LÄNGDHOPP: Fyra hopp per deltagare i resultattävlingen

Inga finaler i någon gren

ARRANGÖRSKONTAKT:

Tävlingskoordinator Erik Ählin (erik101@gmail.com) eller arrangemang@turebergfriidrott.se.

Tävlingsledare Niklas Kagevik (nk@turebergfriidrott.se)

Turebergs Friidrottsklubb önskar alla tävlande lycka till!

Huvudsponsor Svenska Friidrottsförbundet



Team partners Svenska Friidrottsförbundet



Folksam

Prioritet

Finans

Sundström

