



Funktionärsinformation - Tresteg

Upprop: 15 min innan start

Antal hopp: Tävlade har rätt att göra tre försök. Tävlade som är bland de åtta bästa efter tre omgångar har rätt att göra ytterligare tre försök. Vid åtta eller färre deltagare i tävlingen har samtliga rätt till sex försök oberoende av resultat efter tre omgångar. Vid stort antal deltagare kan arrangör besluta att alla deltagare istället ges fyra försök vardera (barn och ungdomstävling). Se PM vad som gäller.

Hoppzon/planka:

Hoppzon: används vid tävling för ungdom 13 år och yngre. Hoppzonen ska vara 1,0 meter lång och markeras på ansatsbanans fulla bredd med kritpulver eller motsvarande. Planka: Avståndet mellan plankan och hoppgropens närmaste kant skall vid internationella mästerskap vara minst 13 meter. Vid nationella tävlingar, särskilt för kvinnor och ungdomar, bör avståndet inte överstiga 9-10 meter. Minst två tävlingsplankor skall vara förberedda med plastelina. Vid en lätt skada på plastelinan kan detta lagas av domare utan att plankan byts men vid en kraftigare skada byts hela plankan och plastelinan lagas vid sidan av gropen. Under inhopningen används en träningsplanka.

Protokoll: Grenledaren ansvarar för att protokoll hämtas i sekretariatet senast 15 min före start.

Alla hopp markeras i protokollet med:

Giltigt hopp = Skriv resultatet (t.ex. 14,56)

Ogiltigt hopp = X

Avstår hopp = -

Efter avslutad tävling skall det bästa resultatet för varje deltagare föras in i kolumnen längst till höger och placering noteras. Om två personer har samma resultat räknas det näst bästa resultatet osv. Om alla hopp är lika ska placering delas. Detta gäller även segern, tidigare system med skiljeförsök är avskaffat. Skriv in starttid och sluttid i protokollet. Protokollet skall undertecknas av grenledare och sekreterare och lämnas till sekretariat/speaker för prisutdelning.

Hoppordning: Hoppordning fastställs av tävlingsledning genom lottning och gäller för hela tävlingen om ej annat anges. Om tävlade deltar i flera grenar samtidigt kan grenledare ge tillstånd till att fastställd hoppordning tillfälligt ändras *inom* en omgång.

Utförande:

Hopparnas ansatsmärke ska placeras bredvid ansatsbanan. Hopparen har *1 minut* på sig att genomföra hoppet. I händelse av två försök i följd av samme tävlade utsträcks tiden till *2 minuter*. Hopparen måste ha lämnat gropen för att få vit flagg. För tresteg måste fotisättningen ske antingen i ordningen höger-höger-vänster eller vänster-vänster-höger.

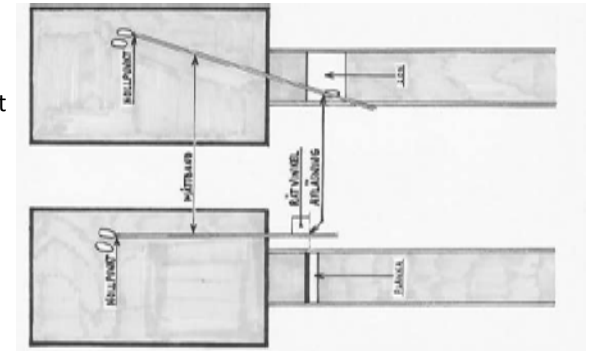
Mätning:

Varje giltigt försök skall omedelbart mätas. Mätning i gropen sker på det bakersta märket där den tävlande kommit i kontakt med sanden (vilket inte behöver vara fötterna). Om det är osäkerhet vilken markering som är längst bak kontrollmäts båda alternativen. Resultatet skall avrundas till närmast lägre hela cm.

Vid hopp med plank dras måttbandet vinkelrätt från nedslagsmärket mot övertrampslinje, eller dess förlängning.

Vid hoppzon dras måttbandet den kortaste vägen från nedslagsmärket till upphoppsmärket.

Detta innebär att mätningen blir mer eller mindre "diagonal". Det är tillåtet att hoppa före hoppzonen men mätning sker vinkelrätt till den kant av zon som ligger längst från gropen.



Vindmätare:

Vid tävling utomhus skall vindmätare användas. Vindmätaren ska placeras 20 meter före hopplankan inom 2 meter från ansatsbanan och 1,22 meter ovanför marken. Vinden mäts under 5 sekunder räknat från det ögonblick hopparen passerar ett märke 35 meter före övertrampslinjen. Vid kortare ansats startas vindmätaren när hopparen börjar sin ansats.

Ett hopp är ogiltigt om den tävlande

- Enligt grenledares bedömning tar oskäligt lång tid för att förbereda sitt försök. Tävlande upplyses om att det är "15 sekunder kvar" innan försök bedöms ogiltigt.
- Antingen under ansats eller vid upphopp, vidrör mark bortom övertrampslinje med någon del av kropp ("övertramp"). Synligt märke i plastelina krävs *inte*.
- Gör upphopp helt vid sidan av plank – oberoende av om det sker framför eller bakom den förlängda övertrampslinjen.
- Inte landar på upphoppsfoten efter det första delhoppet eller inte landar på den andra foten efter det andra delhoppet.
- I övrigt vidrör mark annat än tillfälligt med sin "fria fot". Vanligt s.k. "skrap" är tillåtet.
- I samband med/före nedslag vidrör mark utanför hoppgrop närmare övertrampslinje, än vad närmaste märke i grop befinner sig. Landning måste ske i grop.
- Lämnar gropen så att första fotkontakt med mark utanför grop är närmare övertrampslinje än bakersta märke som gjorts i grop.

För frågor om övriga regler kontakta din grenledare.

Funktionärsroller: vid en grop ett minimum av 7 funktionärer, vid större tävlingar 8-10 st.

- **Grenledare** – leder tävlingen och ansvarar för att tävlingsreglerna följs. Undertecknar protokollet.
- **Domare** (oftast grenledaren) – avgör om försök är giltigt eller ogiltigt genom att höja vit/röd flagg. Mäter varje giltigt försök.
- **Sekreterare** – Protokollför varje försök. Räknar fram vilka tävlanden som går till final. Räknar fram placeringar efter avslutad tävling. Undertecknar protokollet.
- **Vindmätare** – Genomför vindmätning och protokollför samtliga uppmätta värden. Undertecknar efter avslutad tävling vindprotokoll.
- **Mätare** i gropen/ vid plank. Mätare vid plank kan också sköta övertrampsmarkering/nertramp i zon.
- **Krattare** – 2 st.
- **Övrigt:** Hantering av upprop, Hantering av manuell resultattavla, Tidsvisare