

Lathund – Stafett-SM

Klass	Gren	Färg	Växlingszon	Start
P15/F15	4x80m	Lila	30m	Start 20 m före 1500 m start
M/M22/P19/P17 K/K22/F19/F17	4x100m	Gul	30m	Start vid mål
P19/P17/F19/F17	1000m stafett (100+200+300+400)	Grå	30m växel 1&2 20m växel 3	Start vid 200m start
M22/K22	3x400m	Blå	20m	Start vid mål
M/K	4x400m	Blå	20m	Start vid mål
M22/P19/P17/P15 K22/F19/F17/F15	3x800m	Blå	20m	Start vid mål
M/K	4x800m	Blå	20m	Start vid mål
K	3x1500m	Gul/tejp (bana 1)	20m	Start vid 100 m
M	4x1500m	Gul/tejp (bana 1)	20m	Start vid mål

Siktmärke

Tejp, 1 per bana, max 5x40cm. Får bara placeras på egen bana, alltså ej på linjen innanför. OBS! Ska tas bort efter varje lopp!

Upställning av lag vid gemensam bana

Ställs upp inifrån och ut i den ordning (från sarg och utåt) lagen hade vid ingång till sista kurva på föregående sträcka. Ställ gärna en person med komradio tvåhundra meter bort så kan ni enkelt kommunicera ordningen. Vid stor spridning släpper vi in en löpare i taget till växlingszonen. Löpningsledare tillser att ansvarig för uppställning finns.

Påpeka fel

Var aktiv, när du ser en aktiv stå fel, t ex på fel sida om växlingszonsmarkering. Påpeka det vänligt men bestämt så att den aktive får möjlighet att ställa sig korrekt. Deadline för tillrättavisningar är vid startskottet.

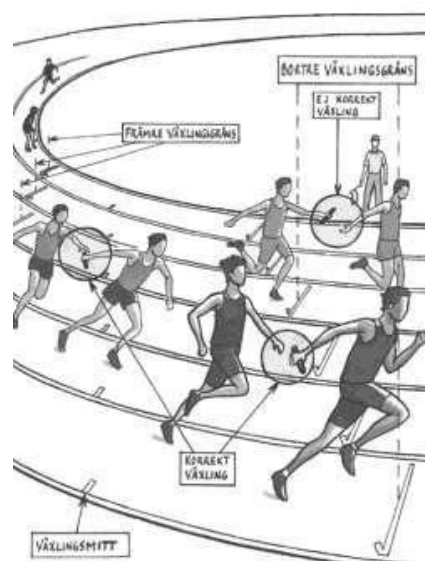
Ser du felaktighet - diskvalificering

1. Flagga
2. Meddela fel till löpningsledare som tar beslut
3. Skriv "felrapport" lämna detta till sekretariat

Bandomares uppgift

Se efter felaktigheter under loppet som:

- Tramp på innerlinjen
- Knuffar eller liknande
- Störande av andra löpare



Växlingskontrollanter

Kontrollera att:

- Står i växlingszonen när löpning påbörjas
- Växling påbörjas/avslutas inom zon (pinnens position gäller). Växlingen påbörjas när båda håller i pinnen och avslutas när mottagare ensam håller i pinnen

Tappad pinne

Ett lag som tappat pinnen vid t ex en växel kan ta upp pinnen igen, men det måste vara samma löpare som tappade pinnen som tar upp den igen och löpningen ska åter startas där pinnen tappades.

När heat genomförts:

1. Rensa bana från ev tejp.
2. Ställ upp löpare på bana enligt startlista.
3. Meddela klarsignal för nästa heat till växelchef som meddelar vidare via komradio när allt är klart.

Flagga

Vi använder oss både av kommunikationsradio och flaggor för att meddela oss till tävlingsledning och publik.

Vi använder **vit** flagga när:

- Ett heats växel genomförts utan att vi iakttagit felaktigheter.
- Vi är klara för nästa heat.

Vi använder **gul** flagga när:

- Vi ser felaktighet i växling
- Vi ser felaktighet i löpningen (tramp på linjen, knuffar m.m)

Läs också nedanstående utdrag ur regelboken om stafett!

4.15 Stafettlöpning

4.15.1 Följande stafettlöpningar förekommer:

<i>Sträcka</i>	<i>Klass</i>
<i>m</i>	
5 × 60	P13, F13
4 × 80	P15, F15
4 × 100	M, M22, P19, P17, K, K22, F19, F17
4 × 200	M, K
1 000 (100 + 200 + 300 + 400)	M, P19, P17, K, F19, F17
3 × 400	M22, K22
4 × 400	M, M22, P19, K, K22, F19
3 × 600	P13, F13
3 × 800	M22, P19, P17, P15, K22, F19, F17, F15
4 × 800	M, K
3 × 1 500	K
4 × 1 500	M
4000 (1200 + 400 + 800 + 1600)	M, K

Anm För veteraner förekommer 4 x 100 m, 4 x 400 m och 1000 m (100 + 200 + 300 + 400).

4.15.2 Tävlade får ej springa mer än en sträcka i ett lopp.

4.15.3 Laguppställning med löpordning ska på föreskrivet sätt och i föreskriven tid före tävlingen (loppet) inlämnas till tävlingsledningen.

Anm Ang ändring i lagsammansättning eller löpordning se 4.15.5.

4.15.3.1 Lag ska tävla i enlighet med inlämnad löpordning.

Anm Det är alltså inte tillåtet att byta sträckor inbördes i laget sedan laguppställning lämnats in..

4.15.4 Om förening deltar med mer än ett lag i tävling, ska lag 1 vara det förväntat bästa, lag 2 det näst bästa, osv.

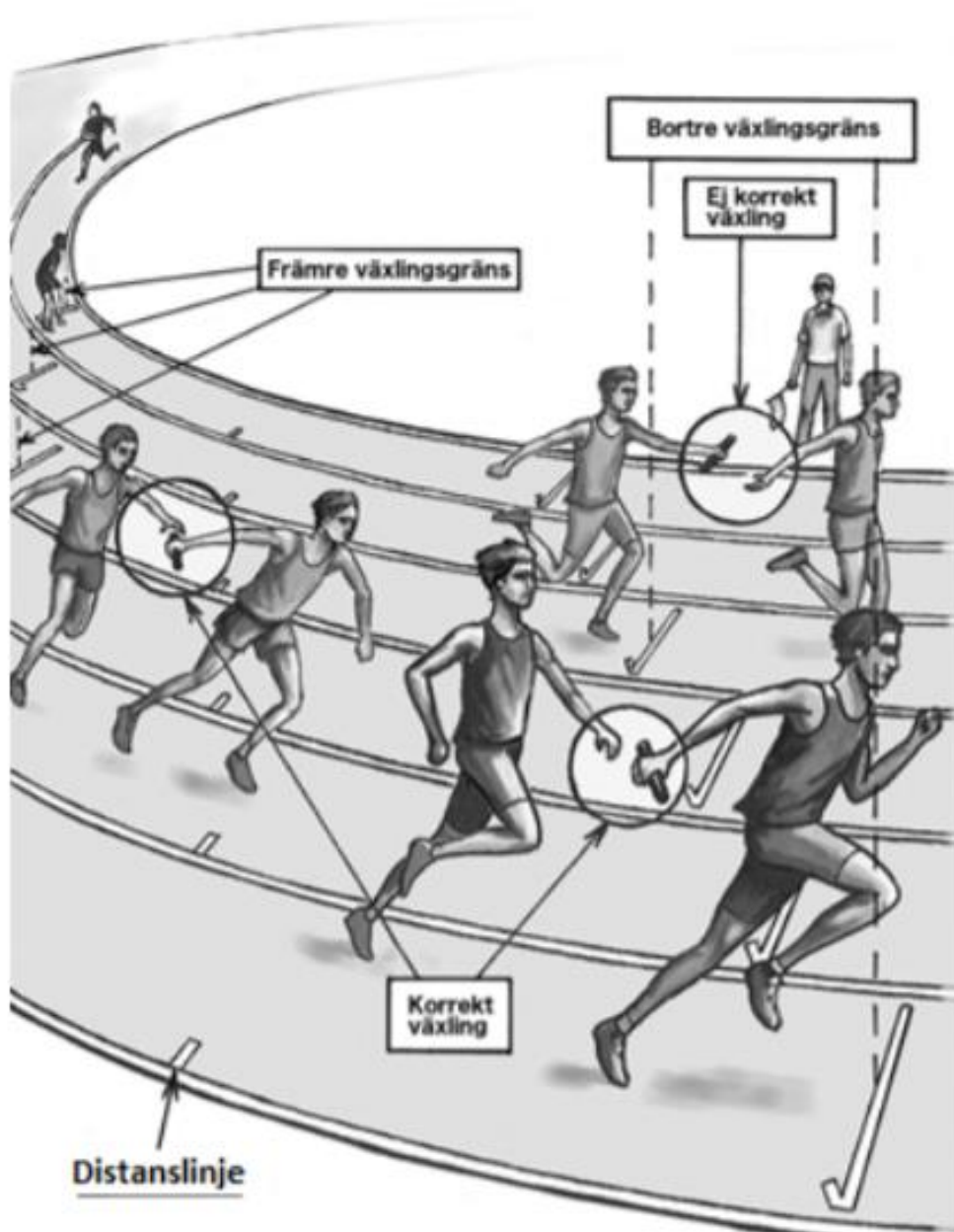
Anm 1 4.15.3 och 4.15.4 är förutsättningar för rättvis heatindelning (se 4.11.5) vid kvalificering.

Anm 2 Tävlade får ej delta i mer än ett lag i varje gren.

4.15.5 Sedan lag tävlat i försökslopp får som mest så många lagmedlemmar bytas ut som det är sträckor i loppet.

- Anm 1** I stafett med fyra lagmedlemmar får alltså som mest fyra lagmedlemmar bytas ut, i stafett med tre sträckor får tre lagmedlemmar bytas ut.
- Anm 2** Löpordning får ändras inom laget mellan omgångar.
- 4.15.5.1 Vid internationella mästerskap får utbyte endast ske under förutsättning att ersättare är anmäld till tävling i denna eller annan gren.
- 4.15.5.2 Om förening el motsv startar med mer än ett lag i en gren får personutbyte ej ske mellan lag.
- 4.15.5.3 Varje ändring i lagsammansättning eller löpordning inom lag mellan omgångar måste förhandsanmälas på föreskrivet sätt till tävlingsledning (se kap E 5.5.6).
- 4.15.6 Växlingszoner ska finnas markerade på bana enl 1.3.7.
- 4.15.7 Stafettpinnar ska vara utformade enl 0 och tillhandahållas av arrangören i tillräckligt antal.
- 4.15.8 Pinne ska bäras i hand under hela loppet.
- 4.15.8.1 Om pinne tappas måste den tas upp igen av tävlande, som tappat den.
- Anm 1** Detta gäller även i samband med växling.
- Anm 2** Observera 4.2.9.3.
- Anm 3** Observera 3.1.1.
- 4.15.8.2 Efter att tappad pinne tagits upp ska tävlande återuppta löpningen tidigast från den punkt där pinne tappades.
- Anm** Om pinne flyger/rullar iväg framåt eller åt sidan måste tävlande alltså återvända (med pinne i handen) till plats där pinne tappades innan hen får återuppta lopp.
- 4.15.8.3 Om tävlande under lopp tar eller plockar upp annat lags pinne ska tävlandes lag diskvalificeras.
- Anm** Drabbat lag ska inte bestraffas om de inte tjänat på händelsen.
- 4.15.9 Växling – dvs överlämnande av stafettpinne – måste ske helt inom markerad växlingszon (se 1.3.7). Lag som inte följer detta ska diskvalificeras
- Anm** Vid tävling för åldersgruppen 14 år och yngre kan dock för tävling ansvarig instans besluta att "överväxling" – växling ej slutförd förrän efter zon – ej ska medföra diskvalifikation. I så fall måste detta klart framgå av inbjudan och/eller PM för tävling.
- 4.15.9.1 Hänsyn ska endast tas till *pinnes* position.
- Anm 1** Det har således ingen betydelse var de tävlandes ben och fötter befinner sig.
- Anm 2** Med pinnes position ovan avses hela pinnen.

- 4.15.9.2 I växlingsögonblick ska pinne hållas av båda löparna.
Anm Pinne får alltså ej kastas till mottagare.
- 4.15.9.3 Växling inleds när mottagare först vidrör pinne och är avslutad när hen ensam håller i den.
- 4.15.9.4 Efter avslutad växling ska avlämnare hålla sin bana/ position tills det är möjligt att lämna bana utan att hindra övriga tävlande. Om tävlande avsiktligt hindrar annan tävlande, kan detta medföra diskvalifikation för den felandes lag (jmf 4.1.4).
- 4.15.10 Mottagare måste starta sin acceleration inom zon och får därför ej gå avlämnare "till mötes" utanför zon. Lag som inte följer detta ska diskvalificeras.
- 4.15.11 När växling ska ske på skilda banor (se 4.2.2.3–4.2.2.5) får mottagare göra ett – och endast ett – siktmärke på sin (sitt lags) bana. På allvädersbana ska märke göras av tejp med maxmått 5 cm x 40 cm.
Anm 1 På stybbana ska märke göras genom att skrapa i bana.
Anm 2 Det är ej tillåtet att placera några andra märken eller föremål på eller intill bana.
- 4.15.12 Vid växling på gemensam bana ska mottagarna placeras av ansvarig domare (se 5.13.4) i den ordning (från sarg och utåt) lagen hade vid ingång till sista kurva på föregående sträcka och denna inbördes ordning ska hållas. Lag som bryter mot denna ordning ska diskvalificeras.
Anm Däremot får mottagare flytta inåt sedan lag innanför växlat.
- 4.15.13 Efter avslutat lopp (målgång) ska pinne återlämnas till funktionär eller läggas på anvisad plats.
Anm Om tävlande kastar pinne, så att annan tävlande eller funktionär störs eller riskerar skada, kan detta betraktas som "olämpligt uppträdande" (se kap D 2.1.4) och medföra diskvalifikation för tävlande och därmed även hens lag.
- 4.15.14 För att övervaka, att stafett genomförs på föreskrivet sätt, ska finnas växlingschef (se 5.13.4).
- 4.15.15 För varning och diskvalifikation se E 4.13.
- 4.15.16 Stafettävlingar får genomföras på ett sätt som inte omfattas av dessa regler. Om detta sker bör tävlingsbestämmelserna klargöra hur dessa tävlingar ska genomföras och vilka regler som gäller för dem.



- 4.2.9 Om löpningsledare – genom rapport från löpningskontrollant eller på annat sätt (t ex video) – finner det styrkt att tävlande har löpt (trampat) vid sidan av sin bana *ska* den tävlande diskvalificeras såvida inte:
- 4.2.9.1 denne blivit direkt tvingad (trängd, knuffad) av annan person och detta inte inneburit påtaglig fördel (t ex förkortad löpväg av avgörande betydelse).
- 4.2.9.2 denne förlängt sin löpväg (dvs löpt vid sida av sin bana på del av raksträcka eller på utanför liggande bana i kurva) och därvid inte stört eller hindrat någon medtävlande.
- 4.2.9.3 denne i stafett lämnat sin bana för att hämta tappad stafettpinne, återvänt till plats där pinne tappades och därvid inte skaffat sig någon fördel eller stört/hindrat någon medtävlande.
- Anm** Om alltså inget av de tre undantagen är tillämpligt på situationen är diskvalifikation obligatorisk.
- 4.2.9.4 Banordning (fördelning av individuella banor mellan deltagare i lopp) fastställs av tävlingsledning enl följande riktlinjer:
- 4.2.9.5 *Första tävlingsomgång* (försöksheat eller direktfinal): Fri lottning.
- 4.2.9.6 *Senare tävlingsomgång* (kvarfinal, semifinal, final): Deltagare i lopp rangordnas enl seedning baserad på närmast föregående tävlingsomgång (se 4.11.6). Utifrån denna ordning fördelas banor enl följande:
- 4.2.9.7 *Utomhus*: På mittbanorna (3-6 på 8-banorsarena, 3-4 på 6-banors) lottas de 4 resp 2 högst seedade, på ytterbanorna (7-8 resp 5-6) de 2 närmast högst seedade och på innerbanorna (1-2) de 2 lägst seedade.
- 4.2.9.8 *Inomhus*: Med hänsyn till banas konstruktion görs en för varje tävling specifik bedömning av hur banorna ska värderas inbördes.

5.13 Växlingschef

- 5.13.1 Leder växlingskontrollanternas arbete vid sin växlingszon och fastställer deras uppgifter.
- 5.13.2 Handhar vid stafettlöpning kontroll av utrustning (tävlingsdräkt, nummerlappar m m, se 3.1 och kap E 3) för tävlande, som ej springer första sträckan.
- 5.13.3 Signalerar vid stafettlöpning till starter (se 5.2.14) eller löpningsledare (5.1.15) när allt – vid resp växel – är klart för start, vilket innebär att samtliga deltagande lags representanter är på plats, har korrekt utrustning samt har avslutat sina förberedelser.
- 5.13.4 Kontrollerar vid stafettlöpning att inför växling
 - 5.13.4.1 *på gemensam bana:* Samtliga tävlande står korrekt placerade, d v s i rätt inbördes ordning (se 4.15.12) och på rätt sida växlingszongräns (se 4.15.10).
 - 5.13.4.2 *på skilda banor:* Samtliga tävlande står korrekt placerade, d v s på sin tilldelade bana och på rätt sida växlingszongräns (se 4.15.10).