

PM
SCANDIC INDOOR GAMES
9–11 JANUARI 2026
STORÄNGSHALLEN



Välkomna till den 27:e upplagan!

Tidsprogram: Se separata dokument.

Avprickning: FP12–M/K senast 60 min före start tidgst samma dag som grenen äger rum. Digital Avprickning via Track and Field: trackandfield.se

FP 9–11 direkt till start för upprop vid respektive gren efter uthämtning av nr lapp. Några grupper i längd är uppdelade i 2 parallella grupper. Se tidsprogrammet. Grupperna fördelas på plats.

Nummerlappar: Hämtas på anvisad plats (individuellt). Fästs på bröstet. (Valfritt bröst/rygg i höjd och stav). Reklamen får ej vikas in.

Efteranmälan: Endast i mån av plats mot dubbel avgift som faktureras respektive klubb.

Omklädningsrum: Finns för ombyte. Inga skor i hallen.

Tävlingsdräkt: Reglementsenslig tävlingsdräkt bör användas.

Spiklängd: Max 6 mm.

Skor: Sultjocklek i löpning, hopp och kast max 20 mm. Maximal sultjocklek för skor som ska användas för tävling i tresteg och löpgrenar som är 800 m eller längre är sedan 1 november 2024 20 mm (tidigare 25 mm). Det finns mätare för att kunna kontrollera detta. Det går att kontrollera om en skomodell är godkänd för tävling på World Athletics lista: certcheck.worldathletics.org

Höjningsschema:

Stav

Mix 150: 150 160 170 +10 cm
Mix 230: 230 240 250 260 +10 cm
Mix 300: 300 310 320 330 +10 cm
Mix 400: 380 400 412 422 +10 cm

Höjd

M/P17: 150 160 165 170 175 180 185 190 194 198 201 +3 cm
P14/15: 125 130 135 140 145 150 153 156 159 162 +3 cm
P13: 100 105 110 115 120 125 130 135 140 143 +3 cm
P12: 97 102 107 112 117 121 125 129 133 137 +3 cm
K/F17: 137 142 147 152 157 160 163 166 +3 cm
F14/15: 100 105 110 115 120 125 129 133 137 140 +3 cm
F13: 100 105 110 115 120 125 129 133 137 140 +3 cm
F12: 80 90 95 100 105 110 115 120 125 128 +3 cm
(Starthöjderna kan justeras vid behov.)

Uppvärmning: Rundbanan (ej i kurvorna). Vid rundbanelopp på gröna sprintbanan.

Upprop: All löpning har samling/calling 15 min före grenstart vid nätet längst ned i hallen. Övriga grenar 15 min före grenstart vid respektive startplats. Stavhopp 60 min.

Löpningsfinaler: Vid löpningar 60m är det försök och final. Till A-final går de 8 bästa tiderna. Vid 8 eller färre avprickade går finalen på försökstid. Vid 25 eller fler avprickade körs även B-finaler (plats 9–16 i försöken). FP9–11 har inga finaler utan springer 60m i 2 omgångar.

På sträckor 200m och längre samt häcklöpning avgörs tävlingen i A-B-C finaler där A-finalen (det bästa) går först enligt anmälda tider. Kan kompletteras på avprickningslistorna.

Längd/tresteg/kula: F/P9–13 år har samtliga 4 försök. 14 år och äldre har alla 3 försök och de 8 bästa ytterligare 3 försök.

Längd: I vissa klasser med många deltagare går tävlingen i 2 parallella pooler. Längd F/P9–13 med hoppzon, F/P14 och äldre med planka.

OBS: Minst 2 startande per gren för att det ska bli tävling. Åldersbundet (även om grenen saknas), gäller ej deltagande i seniorklass.

Servering: I serveringen finns det förutom kaffe, bullar, korv, dricka etc även toast med skinka och ost.