



Kalmar SK friidrott inbjuder till 2022 års Veteran SM i Friidrott

Kalmar och Fredriksskans IP 26-28 augusti.

Anmälan senast den **5 augusti** [EasyRecord](#). Öppen från **2 maj**.

Startavgift 120 kr som debiteras föreningarna efter avslutad tävling.

Efteranmälan 240 kr som erläggs kontant eller swish senast en timma innan start och i mån av plats.

Klasser

M + K	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95
Födelseår	83-8	78-8	73-7	68-7	63-6	58-6	53-5	48-5	43-4	38-4	33-3	28-3	23-2
	7	2	7	2	7	2	7	2	7	2	7	2	7

PM och tidsprogram publiceras på Kalmar SK:s hemsida senast den 18 augusti. Fredriksskans IP ligger centralt i Kalmar. Gångavstånd från de flesta hotell.

Karta över Fredriksskans kommer samtidigt som PM och tidsprogram. Grenar, redskapsregler, dagsprogram samt ett tänkt tidsintervall för start och sluttid finns nedan. Scrolla ner.

BOENDE

Kalmar är en populär sommarstad så se till att ni bokar rum snarast. Mycket bra logi, hotellförslag finns nedan. **Ni bokar via mail eller telefon och uppger Veteran SM vid bokningen.**

För ert bästa så har vi valt att samarbeta med fyra centralt belägna hotell. Nära Fredriksskans och mycket kort avstånd till många restauranger och andra matställen samt, i tre fall, från/till centralstation.

Calmar Stadshotell

Stortorget 14, 0480 - 49 69 00, mail: calmarstadshotell@profilhotels.se

Frimurarehotellet i Kalmar

Larmtorget 2, 0480 - 152 30, mail: info@frimurarehotellet.se

Best Western Plus Kalmarsund hotell

Fiskargatan 5, 0480 - 480 380, mail: info@kalmarsundhotel.se

Hotell Svanen och vandrarhem

Rappegatan 1, 0480 - 255 60, mail: info@hotellsvanen.se

Ps. Än en gång, glöm INTE att ange Veteran SM när ni bokar. Andra logimöjligheter hittar ni på kalmar.com



Nyrenoverad Fredriksskans IP välkomnar alla veteraner

Stafett 1000 m (100+200+300+400m)

LAGSAMMANSÄTTNINGAR I STAFETTER (gäller från och med 2018)

Tillåtna lagsammansättningar i manlig stafett

1. Valfri åldersammansättning i klubblaget, Lägsta ålder avgör lagets åldersklass.
2. Mixade lag av män och kvinnor från en och samma klubb, varav minst en manlig löpare
3. Rena herrlag i allians mellan flera klubbar (klubbarna kan vara från samma distrikt eller från olika distrikt)
4. Mixade lag av män och kvinnor i allians mellan flera klubbar, varav minst en manlig löpare

Tillåtna lagsammansättningar i kvinnlig stafett

1. Valfri åldersammansättning i klubblaget, Lägsta ålder avgör lagets åldersklass.
2. Rena damlag i allians mellan flera klubbar

Endast rena herr- resp. damlag, där alla deltagare kommer från samma klubb, enligt punkt 1 ovan, kan sätta ett svenskt rekord, mästerskapsrekord och erhålla medalj vid VSM.

Detsamma gäller för att få tillgodoräkna sig poäng i klubb tävlingen. Detta innebär att alla varianter utom rena herr- respektive damlag enligt punkt 1 ovan deltar utom tävlan. Ett rent herr respektive damlag i allians mellan flera klubbar kan däremot sätta internationella rekord (nordiska, europa- och världsrekord) . De lag som tävlar om medaljer skall i första hand springa i samma heat.

Ingen anmälningsavgift tas ut för stafettlag vid VSM och IVSM och anmälan kan ske på plats senast två timmar innan start. Blankett finns i sekretariatet.

Grenprogram och till dem hörande regler för redskap och löpsträckor.

M35-M45

100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 5000m, 10000m, 110mh 99.1cm, 400mh 91.4cm, 3000m hinder 91.4cm, Höjd, Stav, Längd, Tresteg, Kula 7.26kg, Diskus 2.0kg, Slägga 7.26kg, Spjut 800g, Vikt 15.88kg

M50-M55

100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 5000m, 10000m, 100mh 91.4cm, 400mh 84.0cm, 3000m hinder 91.4cm, Höjd, Stav, Längd, Tresteg, Kula 6.0kg, Diskus 1.5kg, Slägga 6.0kg, Spjut 700g, Vikt 11.34kg

M60-M65

100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 5000m, 10000m, 100mh 84.0cm, 300mh 76.2cm, 2000m hinder 76.2cm, Höjd, Stav, Längd, Tresteg, Kula 5.0kg, Diskus 1.0kg, Slägga 5.0kg, Spjut 600g, Vikt 9.08kg

M70-M75

100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 5000m, 10000m, 80mh 76.2cm, 300mh 68.6cm, 2000m hinder 76.2cm, Höjd, Stav, Längd, Tresteg, Kula 4.0kg, Diskus 1.0kg, Slägga 4.0kg, Spjut 500g, Vikt 7.26kg,

M80+

100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 5000m, 10000m, 80mh 68.6cm, 200mh 68.6cm, 2000m hinder 76.2cm, Höjd, Stav, Längd, Tresteg, Kula 3.0kg, Diskus 1.0kg, Slägga 3.0kg, Spjut 400g, Vikt 5.45kg,

K35

100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 5000m, 10000m, 100mh 84.0cm, 400mh 76.2cm, 2000m hinder 76.2cm, Höjd, Stav, Längd, Tresteg, Kula 4.0kg, Diskus 1.0kg, Slägga 4.0kg, Spjut 600g, Vikt 9.08kg

K40-K45

100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 5000m, 10000m, 80mh 76.2cm, 400mh 76.2cm, 2000m hinder 76.2cm, Höjd, Stav, Längd, Tresteg, Kula 4.0kg, Diskus 1.0kg, Slägga 4.0kg, Spjut 600g, Vikt 9.08kg

K50-K55

100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 5000m, 10000m, 80mh 76.2cm, 300mh 76.2cm, 2000m hinder 76.2cm, Höjd, Stav, Längd, Tresteg, Kula 3.0kg, Diskus 1.0kg, Slägga 3.0kg, Spjut 500g, Vikt 7.26kg

K60-K70

100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 5000m, 10000m, 80mh 68.6cm, 300mh 68.6cm, **K70 200mh 68.6cm**, 2000m hinder 76.2cm, Höjd, Stav, Längd, Tresteg, Kula 3.0kg, Diskus 1.0kg, Slägga 3.0kg, Spjut 500g, Vikt 5.45kg

K75+

100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 5000m, 10000m, 80mh 68.6cm, 80mh 68.6cm, 2000m hinder 76.2cm, Höjd, Stav, Längd, Tresteg, Kula 2.0kg, Diskus 0.75kg, Slägga 2.0kg, Spjut 400g, Vikt 4.0kg

Frågor? Maila kskkalmar@gmail.com

Mycket välkomna



DESTINATION **KALMAR**



Calmar Stadshotell



Frimurarehotellet



Best Western Kalmarsund



Hotell Svanen och vandrarhem

Dagsprogram med (mycket) preliminärt tidsintervall (gren/klass).

Fredag 26 augusti				Lördag 27 augusti				Söndag 28 augusti			
Gren	Start	Slut	Klass	Gren	Start	Slut	Klass	Gren	Start	Slut	Klass
100 m	12.00	16.00	M 35+ K 35+	200 m	9.30	12.00	M 35+ K 35+	400 m	11.00	13.00	M 35+ - K 35+
800 m	10.30	12.00	M 35+ K 35+	1500 m	13.00	16.00	M 35+ K 35+	10000 m	13.30	16.30	M 35+ - K 35+
5000 m	18.00	21.30	M 35+ K 35+	Hinder	10.30	11.30	M 35+ K 35+	Kort häck	9.30	10.30	M 35+ - K 35+
Lång häck	16.30	17.45	M 35+ K 35+	Stafett	17.00						
Höjd	14.00	18.00	M 35 - M 65	Höjd	11.00	15.00	M 70+	Höjd	10.00	12.00	K 35+
Längd	11.00	16.00	M 70+ - K 35+	Längd	11.00	15.00	M35 - M 65	Längd			
Tre-steg				Tre-steg				Tre-steg	10.00	14.00	M 35+ - K 35+
Stavhopp				Stavhopp	9.00	15.00	M 35+ - K 35+	Stavhopp			
Kula	14.00	19.00	M 35 - M 65	Kula	9.00	13.00	M70+	Kula	10.00	14.00	K 35+
Diskus	10.30	20.00	M 35 +	Diskus	9.00	14.00	K 35+				
Slägga				Slägga	14.30	18.30	K 35+	Slägga	9.00	17.00	M 35+
Spjut	11.00	16.00	K 35+	Spjut	11.00	16.00	M 35 - M 55	Spjut	10.00	14.00	M 60+
Vikt	11.00	17.00	K 35+	Vikt	9.00	16.00	M35+				