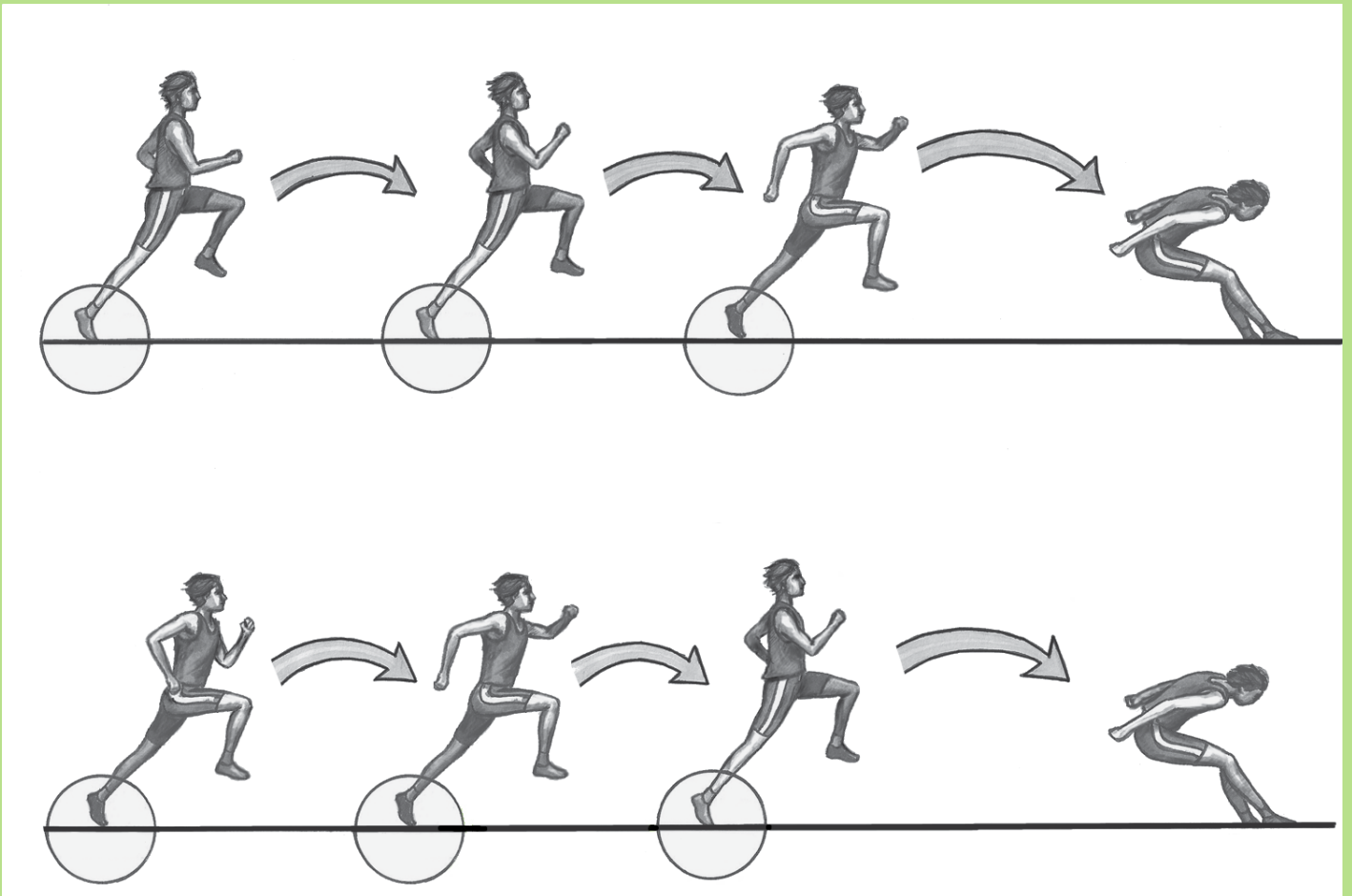


Funktionärsinstruktion Veteran-VM 2024 - Längd och Tresteg -

Manus från Domarens ABC med kompletteringar



Svenska Friidrottsförbundet

Reviderad och uppdaterad till gällande regelverk 2024

Domarens agerande och olika domarroller

Alla som har en domaruppgift under en friidrottstävling kommer att påverka besökarnas uppfattning om arrangören. Tänk därför alltid på ditt agerande i domarrollen. Om du bjuder på gott humör, kunnsighet och fokus på uppgiften finns goda möjligheter att du medverkar till att skapa positiva minnen av tävlingen!

Om någon tävlande eller ledare påpekar en felaktighet är det viktigt att du är lyhörd, kontrollerar fakta och försöker se till så att det blir rätt - i slutändan vinner alla på att saker och ting blir korrekt utförda. Att resultatet blir korrekt är viktigare än den enskilda domarens prestige.

Förutom gremdomarna finns några personer med mer övergripande roller. Här presenteras några av dem:

Grenledare

Grenledarens viktigaste uppgift är att säkerställa att tävlingen genomförs i enlighet med reglerna. Därför bör grenledaren alltid ha ett exemplar av den senaste upplagan av WAs [reglbok](#) med sig på innerplan. Även [WMAs motsvarighet](#) med undantag till WAs regler skall finnas tillgänglig.

Grenledaren ansvarar för:

- att fördela arbetsuppgifter på de domare som finns att tillgå
- att ge de instruktioner som behövs för att alla domare ska kunna utföra sin uppgift.

Tillsammans med den tekniska ledaren ansvarar också grenledaren för att anläggning och redskap är regelrätta. Under tävlingens gång kan grenledaren ta en egen domaruppgift eller ta ett steg tillbaka och övervaka hur teamet jobbar tillsammans för att lösa uppgiften.

Gremdomare och flaggor

Domarna i teknikgrenar signalerar tydligt – efter varje hopp – giltigt försök med vit flagga och ogiltigt försök med röd flagga. Gul flagga används för att signalera att en aktiv har 15 sekunder kvar att påbörja sitt försök.

Grensekreterare

Grensekreterarens uppgift är att protokollföra utfallet av de aktivas försök i tävlingsprotokollet. I hoppgrenar kan det också vara sekreterarens uppgift att ropa upp och se till att de aktiva hoppar i rätt ordning.

Förberedelser

Innan tävlingen börjar ska sanden i hoppgruppen vara vattnad, väl uppgrävd, jämnt krattad och i nivå med ansatsbanan. Ett måttband (som inte får vara töjbart så att resultatet beror på hur hårt man spänner det - helst stålmåttband) och minst en kratta ska finnas på plats. Bredvid ansatsbanan, 20 meter före hopplankan, placeras en vindmätare. En resultattavla som visar hoppomgång, tävlandes startnummer och resultat är inte obligatorisk, men ger bättre service till tävlande och åskådare.

Hoppare får använda högst två ansatsmarkeringar. Arrangören bör tillhandahålla ansatsmarkeringar som varierar i färg och form, så att de lätt kan skiljas från andra hoppares markeringar. Ansatsmarkeringarna ska placeras utanför ansatsbanan.

Alla hoppare ska ges möjlighet till inhoppning före tävlingsstart.

Innan tävlingen börjar meddelar grenledaren eller grensekreteraren hopparna vilken hoppordning som gäller för tävlingen. Vid uppropet meddelar grenledaren också hur många omgångar tävlingen kommer att genomföras i. Om fler än åtta hoppare kommer till start genomförs först tre hoppomgångar för samtliga hoppare, därefter ytterligare tre omgångar för de åtta bäst placerade efter tre omgångar. Om åtta eller färre hoppare kommer till start genomförs sex hoppomgångar för samtliga hoppare. I mångkamp genomförs alltid tre omgångar för samtliga hoppare.

En vindindikator kan med fördel placeras längs med ansatsbanan.

Inför de tre avslutande hoppen i finalomgången vänds hoppordningen så att 8e plats hoppar först och 1e plats hoppar sist.

Tillse att en rätskiva finns på plats för att korrekt kunna mäta mycket sneda landningar.

Särskilda förberedelser, tresteg:

Beroende på hopparnas kapacitet kan man behöva markera flera upphoppplatser på olika avstånd från gropan. Där upphopp ska göras och ”riktig” hopplanka saknas ska en 20 cm lång rektangel markeras över hela banans bredd.

Före tävlingsstart ska varje hoppare meddela vilken av de markerade platserna de avser att hoppa från. (Hoppare kan sedan under pågående tävling välja att ändra upphoppplats.)

Signalkort

- Gult kort: En grenledare kan varna, antingen muntligen eller genom att visa ett gult kort, om en aktiv inte följer reglerna eller vid ett disciplinärende. Det gula kortet är personligt och följer med genom hela tävlingen.
- Rött kort: Grenledaren kan dela ut ett rött kort till en aktiv som betar sig synnerligen illa eller som får sin andra personliga varning. Rött kort innebär att den aktive är utesluten i den aktuella grenen med även resten av tävlingen. Tidigare uppnådda resultat är fortsatt giltiga.

Protest och överklagande

- En aktiv, eller en representant för densamma, kan muntligen protestera mot ett domslut direkt till grenledaren. Detta bör ske omedelbart under pågående tävling men senast 30 minuter efter kungjort resultat.
- Grenledaren kan själv fatta beslut genom att bifalla eller avslå den muntliga protesten. Om så sker kan grenledarens beslut skriftligen, senast 30 minuter efter grenledarens beslut, överklagas till juryn. Grenledare kan också direkt hänvisa avgörandet till juryn.
- Om protesten avser en diskvalifikation (t.ex. löpning) eller underkänt resultat (teknikgrenar) under pågående tävling kan grenledaren, om situationen är oklar och tid saknas för fullständig utredning, besluta att den aktive får fortsätta sitt ”deltagande under protest” (i löpning ett rött/vitt kort) eller att resultatet ”mäts under protest” (teknikgrenar).

Tävlingens genomförande/regler

Inför varje hopp ropas hopparen upp av grensekreteraren. Om resultattavla används ska den tävlandes startnummer visas på tavlan.

När hopparen har 40 meter (längd) eller 35 meter (tresteg) kvar till plankan (eller

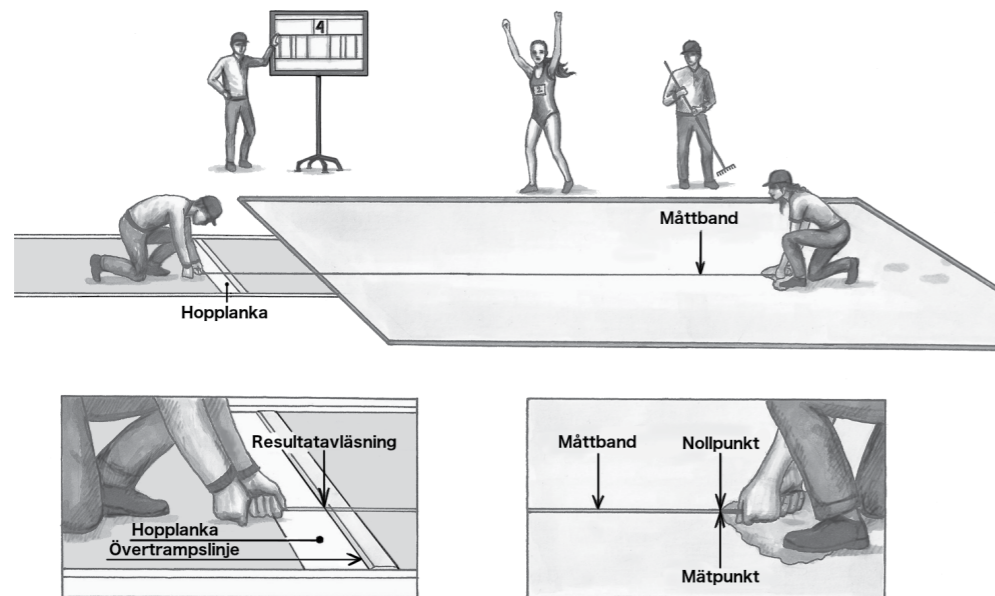
när ansatslöpningen inleds om ansatsen är kortare än 40 respektive 35 meter) startar vindmätningens domaren vindmätaren. Vindstyrkan mäts under 5 sekunder. Vindstyrkan mäts för att resultat uppnådda i medvind starkare än 2,0 m/s inte är giltiga som rekord eller i statistik. Alla uppmätta vindstyrkor – alltså även i hopp som döms som ogiltiga – ska protokollföras.

Efter avslutat hopp visar domaren, genom att höja en vit resp. röd flagga, om hoppet är giltigt eller ogiltigt. Hoppet anses vara avslutat först när hopparen har lämnat gropen, dvs domaren skall avvakta med att höja den vita flaggan även om upphoppet var korrekt.

Mätning av längd- och trestegshopp

- Hoppets längd mäts från det märke i gropen som är närmast hopplankan (mätpunkten) till övertrampslinjen.
- Mätningen sker *vinkelrätt* mot övertrampslinjen.
- Måttbandets nollpunkt placeras vid mätpunkten och resultatet läses av vid övertrampslinjen.
- Alla giltiga hopp skall mätas oavsett hur kort det än är.

Resultatet avrundas till närmast lägre hel centimeter.



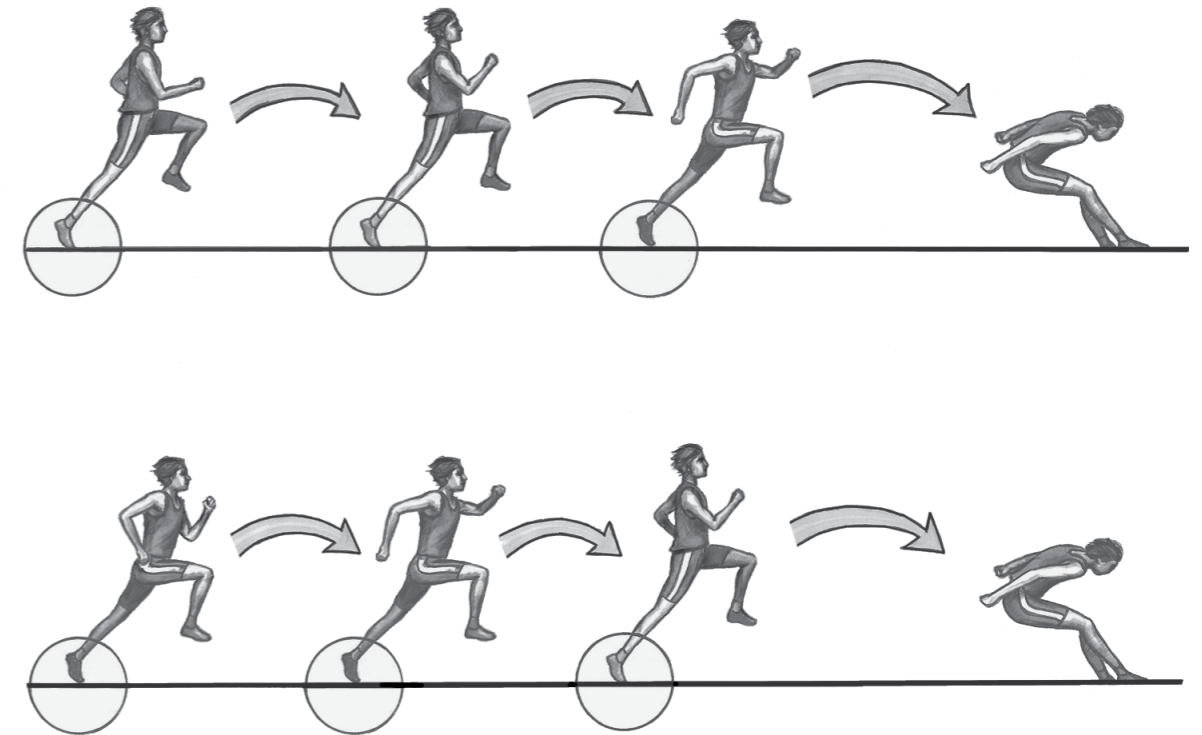
Ogiltiga försök

Ett hopp är ogiltigt om hopparen

- inte påbörjar sitt försök inom en minut efter att domaren signalerat att allt är klart.
- gör övertramp, d v s i samband med upphoppet bryter det vertikala planet ovanför övertrampslinjen med foten eller skon.
- i hoppet eller vid nedslaget berör marken utanför hoppgropen på en punkt som ligger närmare övertrampslinjen än det närmaste nedslagsstället i gropen.
- lämnar gropen så att första fotkontakten utanför gropen är närmare övertrampslinjen än det bakersta märket i gropen.
- gör någon form av volt mellan upphopp och landning.

Ett trestegshopp är dessutom ogiltigt om hopparen

- gör fotisättningarna i felaktig ordning.



Illustrationen visar giltiga trestegshopp: Fotisättningar höger-höger-vänster resp. vänster-vänster-höger.

Protokoll och placeringar

Grensekreterarens uppgift är att notera hopplängd för varje hopp i tävlingen i protokollet. Ogiltiga hopp markeras med **X**. Om en hoppare avstår ett hopp markeras det med – i protokollet.

Protokoll - Knattspelen - F17 Tresteg											
Nr	Namn	Född	Förening	Omg 1	Omg 2	Omg 3	Omg 4	Omg 5	Omg 6	Res	Plac
61	Hanna Lund	02	Sala IF	10,42	X	10,44	10,01	10,47	10,00	10,47	4
204	Josefine Larsson	03	IFK Karlskoga	10,47	10,31	10,22	X	10,44	10,26	10,47	5
94	Sandra Mällner	02	Växjö SK	9,94	10,03	10,08				10,08	9
114	Jessika Hilt	02	Norrköpings SK	10,09	9,43	9,74	9,10	9,69	10,15	10,15	7
42	Linn Lind	02	FIF Mariestad	10,60	10,44	10,15	10,90	-	10,77	10,90	1
182	Eva Bergman	02	Malmö FIK	10,09	9,41	X	9,90	10,24	10,90	10,90	2
99	Annika Svensson	03	IF Sundbyberg	10,50	-	-	-	-	-	10,50	3
119	Louise Knutsson	02	Danderyds IF	10,00	10,29	9,77	10,13	10,21	10,09	10,29	6
16	Jenny Fransson	03	Märsta AIF	9,54	10,09	-	10,00	10,11	X	10,11	8

Grenledare *Lise Larsson* *Felicia Fredriksson*

Vindmätningsdomaren protokollför vindens styrka och riktning (+ för medvind, – för motvind) i samtliga hopp, d v s oavsett om hoppet var giltiga eller ogiltiga. Vinduppgifter anges i måttenheten meter per sekund och med den noggrannhet som vindmätaren visar.

Hopparna placeras efter resultat, d v s den som gör det längsta hoppet i tävlingen vinner, den som hoppar näst längst blir tvåa o s v.

Om två eller flera hoppare har samma bästaresultat placeras den som har det längsta näst bästa hoppet före o s v.

Nr	Namn	Född	Förening	Omg 1	Omg 2	Omg 3	Omg 4	Omg 5	Omg 6	Res	Plac
61	Hanna Lund	02	Sala IF	+1,2	+0,5	-1,6	+0,3	+1,7	+0,1		
204	Josefine Larsson	03	IFK Karlskoga	+0,8	+2,4	-0,3	+0,1	+2,0	+1,1		
94	Sandra Möller	02	Växjö SK	+1,0	+1,1	-1,1					
114	Jessika Hilt	02	Norrköpings SK	+0,6	+1,0	+0,4	-1,0	+2,1	+1,7		
42	Linn Lind	02	FIF Mariestad	+1,1	+0,1	+2,2	+1,5	-	+1,4		
182	Eva Bergman	02	Malmö FIK	+1,0	-0,9	+1,1	+0,9	+1,6	+1,3		
99	Annika Svensson	03	IF Sundbyberg	+1,3	-	-	-	-	-		
119	Louise Knutsson	02	Danderyds IF	+0,7	+1,1	+0,6	+1,6	+1,9	+0,3		
16	Jenny Fransson	03	Märsta AIF	+1,0	-0,3	-	+1,1	+2,8	+0,7		

För dig som vill lära dig mer om tävlingsregler i längd och tresteg, skapa gärna ett konto på <https://elearning.worldathletics.org/> och gå igenom modulen Long & Triple Jump i kursen som heter Technical Officials – Apprentice Level.

Frågor till grenledaren:

1. Hur många domare behöver vi? Någon skillnad mellan längd och tresteg?
2. Hur fördelar vi arbetsuppgifterna – vem gör vad under tävlingens gång?
3. Vilka regler behöver respektive domare kunna och hur säkerställer jag att varje domare har koll på dessa regler?