



SVENSK FRIIDROTT

Regeländringar tävlingsäsongen 2014

Vid årsmötet i mars 2013 beslutades det ett antal ändringar i grenprogrammet. Det är några nya löpdistanser, nya häckhöjder och lite nya vikter och specifikationer i kastgrenarna. Alla ändringar finns med i det här dokumentet.

Röd text = nya ändringar

Blå text = ändringar i veteranbetingelser sedan 2010 års upplaga av Tävlingsregler för friidrott.

Häckdistanser och höjder

F 4.13 HÄCKLÖPNING

4.13.1 Följande häcklöpningar förekommer:

A = Sträcka

B = Klass

C = Häckhöjd

D = Antal häckar

E = Från start till första häck

F = Mellan häckar

G = Från sista häck till mål

A	B	C	D	E	F	G
m		cm		m	m	m
50	M	106.7	4	13.72	9.14	8.86
50	K	84.0	4	13.00	8.50	11.50
60	M, M22, M35	106.7	5	13.72	9.14	9.72
60	P19	100.0	5	13.72	9.14	9.72
60	M40–M45	99.1	5	13.72	9.14	9.72
60	P17	91.4	5	13.72	8.90	10.68
60	M50–M55	91.4	5	13.00	8.50	13.00
60	P15, K, K22, F19, K35	84.0	5	13.00	8.50	13.00
60	M60–M65	84.0	5	12.00	8.00	16.00
60	P13	76.2	6	11.75	7.65	10.00
60	F13	68.6	6	11.75	7.65	10.00
60	F17	76.2	5	13.00	8.50	13.00
60	F15, K40–K45	76.2	5	12.00	8.00	16.00
60	M70–M75, K50–K55	76.2	5	12.00	7.00	20.00
60	M80–, K60–	68.6	5	12.00	7.00	20.00
80	F15, K40–K45	76.2	8	12.00	8.00	12.00
80	P15	84.0	8	13.00	8.50	7.50
80	M70–M75, K50–K55	76.2	8	12.00	7.00	19.00
80	M80–, K60–	68.6	8	12.00	7.00	19.00
100	M50–M55	91.4	10	13.00	8.50	10.50
100	K, K22, F19, K35	84.0	10	13.00	8.50	10.50
100	M60–M65	84.0	10	12.00	8.00	16.00
100	F17	76.2	10	13.00	8.50	10.50
110	M, M22, M35	106.7	10	13.72	9.14	14.02
110	P19	100.0	10	13.72	9.14	14.02
110	M40–M45	99.1	10	13.72	9.14	14.02
110	P17	91.4	10	13.72	8.90	16.18
200	P13	76.2	5	20.00	35.00	40.00
200	F13	68.6	5	20.00	35.00	40.00
200	K70+, M80+	68.6	5	20.00	35.00	40.00
300	P19	91.4	7	45.00	35.00	45.00
300	P17	84.0	7	45.00	35.00	45.00
300	P15, F19, F17, F15	76.2	7	45.00	35.00	45.00
300	M60–M65, K50–K55	76.2	7	50.00	35.00	40.00
300	M70–M75, K60–K65	68.6	7	50.00	35.00	40.00
400	M, M22, M35–M45	91.4	10	45.00	35.00	40.00
400	M50–M55	84.0	10	45.00	35.00	40.00
400	K, K22, K35–K45	76.2	10	45.00	35.00	40.00

Stafettlöpning

F 4.15 STAFETTLÖPNING

4.15.1 Följande stafettlöpningar förekommer:

<i>Sträcka</i> <i>m</i>	<i>Klass</i>
5 × 60	P13 , P11, F13 , F11
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

Kulstötning

L 2.1.4* Kulan skall dessutom uppfylla nedanstående vikt- och måttangivelser:

<i>Klass</i>	<i>Minimivikt</i> <i>kg</i>	<i>Diameter</i> <i>mm</i>
M, M22, M35–M45	7.260	110–130
P19, M50–M55	6.000	105–125
P17, M60–M65	5.000	100–120
P15, M70–, K, K22, F19, K35–K45	4.000	95–110
P13, F17, F15, K50–K70	3.000	90–105
F13, K75-	2.000	75– 90

Diskuskastning

M2.1.10 Diskusen skall dessutom uppfylla nedanstående vikt- och måttangivelser:

A = Klass

B = Minimivikt

C = Ytterdiameter

D = Tjocklek vid centrum

E = Diameter mittplattor

A	B	C	D	E
	kg	mm	mm	mm

M, M22,				
M35–M45	2.000	219–221	44–46	50–57
P19	1.750	210–212	41–43	50–57
P17, M50–M55	1.500	200–202	38–40	50–57
P15, M60–, K, K22,				
F19, F17,				
K35–K70	1.000	180–182	37–39	50–57
F15, K75-	0.750	166–169	33–37	50–57
P13, F13	0.600	157–161	28–32	37–45

Släggkastning

N2.1.7 Släggan skall dessutom uppfylla nedanstående vikt- och måttangivelser:

A = Klass

B = Minimivikt

C = Totallängd

D = Diameter på huvudet

A	B	C	D
	kg	mm	mm

M, M22, M35–M45	7.260	1 175–1 215	110–130
P19, M50–M55	6.000	1 175–1 215	105–125
P17, M60–M65	5.000	1 165–1 200	100–120
P15, M70–, K, K22,			
F19, K35–K45	4.000	1 160–1 195	95–110
P13, F17 , F15,			
K50–K70	3.000	1 160–1 195	85–100
F13, K75-	2.000	960–1 000	85–100

Spjutkastning

O2.1.7 Spjutet skall dessutom uppfylla nedanstående vikt- och måttangivelser:

A = Klass

B = Minimivikt

C = Totallängd

D = Spetslängd

E = Maxdiameter

F = Lindningsbredd

G = Avstånd från spets till tyngdpunkt

A	B	C	D
	g	m	mm
M, M22, P19, M35–M45	800	2.60–2.70	250–330
P17, M50–M55	700	2.30–2.40	250–330
P15, M60–65, K, K22, F19, K35–K45	600	2.20–2.30	250–330
M70–M75, F17, F15 K50–K55	500	2.00-2.10	220-270
P13, M80–, F13, K60–	400	1.85–2.10	170–250

A	E	F	G
	mm	mm	m
M, M22, P19, M35–M45	25–30	150–160	0.90–1.06
P17, M50–M55	23–28	150–160	0.86–1.00
P15, M60–65, K, K22, F19, K35–K45	20–25	140–150	0.80–0.92
M70–M75, F17, F15 K50–K55	20–24	135–145	0.78–0.88
P13, M80–, F13, K60–	17–22	135–150	0.70–0.85

Standardgrenprogram

Pojkar/män

<i>Individuellt</i>	P12	P13	P14	P15	P17	P19	M22
60m	X	X					
80m			X	X			
100m					X	X	X
200m	X	X			X	X	X
300m			X	X			
400m					X	X	X
600m	X	X					
800m			X	X	X	X	X
1500m	X	X			X	X	X
2000m			X	X			
3000m					X		
5000m						X	X
1500m Hinder			76.2	76.2			
2000m Hinder					91.4	91.4	91.4
60m Häck	76.2	76.2					
80m Häck			84.0	84.0			
110m Häck					91.4	100.0	106.7
200m Häck	76.2	76.2					
300m Häck			76.2	76.2	84.0	91.4	
400m Häck							91.4
Höjd	X	X	X	X	X	X	X
Stav	X	X	X	X	X	X	X
Längd	Zon	Zon	X	X	X	X	X
Tresteg	Zon	Zon	X	X	X	X	X
Kula	3.0	3.0	4.0	4.0	5.0	6.0	7.26
Diskus	0.6	0.6	1.0	1.0	1.5	1.75	2.0
Slägga	3.0	3.0	4.0	4.0	5.0	6.0	7.26
Spjut	400	400	600	600	700	800	800
<i>Stafett</i>							
4x80m	X	X					
4x100m			X	X	X	X	X
1000m					X	X	
3x400m							X
4x400m						X	X
3x600m	X	X					
3x800m			X	X	X	X	X
<i>Mångkamp</i>							
M22 Tiokamp	100m - Längd - Kula - Höjd - 400m / 110mH - Diskus - Stav - Spjut - 1500m						
P19 Tiokamp	100m - Längd - Kula - Höjd - 400m / 110mH - Diskus - Stav - Spjut - 1500m						
P17 Tiokamp	110mH - Diskus - Stav - Spjut - 300m / 100m - Längd - Kula - Höjd - 1000m						
P15 Åttakamp	80mH - Diskus - Stav - Spjut / Längd - Kula - Höjd - 800m						
P14 Åttakamp	80mH - Diskus - Stav - Spjut / Längd - Kula - Höjd - 800m						
P13 Femkamp	60mH - Längd - Boll - Höjd - 600m						
P12 Femkamp	60mH - Längd - Boll - Höjd - 600m						

Flickor/kvinnor

<i>Individuellt</i>	F12	F13	F14	F15	F17	F19	K22
60m	X	X					
80m			X	X			
100m					X	X	X
200m	X	X			X	X	X
300m			X	X			
400m					X	X	X
600m	X	X					
800m			X	X	X	X	X
1500m	X	X			X	X	X
2000m			X	X			
3000m					X	X	
5000m							X
1500m hinder			76.2	76.2	76.2		
2000m hinder						76.2	76.2
60m häck	68.6	68.6					
80m häck			76.2	76.2			
100m häck					76.2	84.0	84.0
200m häck	68.6	68.6					
300m häck			76.2	76.2	76.2	76.2	
400m häck							76.2
Höjd	X	X	X	X	X	X	X
Stav	X	X	X	X	X	X	X
Längd	zon	zon	X	X	X	X	X
Tresteg	zon	zon	X	X	X	X	X
Kula	2.0	2.0	3.0	3.0	3.0	4.0	4.0
Diskus	0.6	0.6	0.75	0.75	1.0	1.0	1.0
Slägga	2.0	2.0	3.0	3.0	3.0	4.0	4.0
Spjut	400	400	500	500	500	600	600
<i>Stafett</i>							
4x80m	X	X					
4x100m			X	X	X	X	X
1000m					X	X	
3x400m							X
4x400m						X	X
3x600m	X	X					
3x800m			X	X	X	X	X
<i>Mångkamp</i>							
K22 Sjukamp	100m häck - Höjd - Kula - 200m / Längd - Spjut - 800m						
F19 Sjukamp	100m häck - Höjd - Kula - 200m / Längd - Spjut - 800m						
F17 Sjukamp	100m häck - Höjd - Kula - 200m / Längd - Spjut - 800m						
F15 Sexkamp	80m häck - Höjd - Kula / Längd - Spjut - 600m						
F14 Sexkamp	80m häck - Höjd - Kula / Längd - Spjut - 600m						
F13 Femkamp	60m häck - Höjd - Boll - Längd - 600m						
F12 Femkamp	60m häck - Höjd - Boll - Längd - 600m						

Inomhus

<i>Individuellt</i>	P12	P13	P14	P15	P17	P19	M22
60m	X	X	X	X	X	X	X
200m	X	X	X	X			
400m					X	X	X
800m	X	X					
1000m			X	X			
1500m	X	X			X	X	X
60m Häck	76.2	76.2	84.0	84.0	91.4	100.0	106.7
Höjd	X	X	X	X	X	X	X
Stav	X	X	X	X	X	X	X
Längd	Zon	Zon	X	X	X	X	X
Tresteg	Zon	Zon	X	X	X	X	X
Kula	3.0	3.0	4.0	4.0	5.0	6.0	7.26
Vikt			9.08	9.08	11.34	15.88	15.88
<i>Individuellt</i>	F12	F13	F14	F15	F17	F19	K22
60m	X	X	X	X	X	X	X
200m	X	X	X	X			
400m					X	X	X
800m	X	X					
1000m			X	X			
1500m					X	X	X
60m Häck	68.6	68.6	76.2	76.2	76.2	84.0	84.0
Höjd	X	X	X	X	X	X	X
Stav	X	X	X	X	X	X	X
Längd	Zon	Zon	X	X	X	X	X
Tresteg	Zon	Zon	X	X	X	X	X
Kula	2.0	2.0	3.0	3.0	3.0	4.0	4.0
			7.26	9.08	9.08	9.08	9.08
<i>Mångkamp</i>							
M22 Sjukamp	60m - Längd - Kula - Höjd / 60mH - Stav - 1000m						
P19 Sjukamp	60m - Längd - Kula - Höjd / 60mH - Stav - 1000m						
P17 Sjukamp	60m - Stav - Längd / 60mH - Höjd - Kula - 800m						
P15 Sjukamp	60m - Stav - Längd / 60mH - Höjd - Kula - 600m						
P14 Sjukamp	60m - Stav - Längd / 60mH - Höjd - Kula - 600m						
P13 Fyrkamp	60mH - Längd - Kula - Höjd						
P12 Fyrkamp	60mH - Längd - Kula - Höjd						
K22 Femkamp	60mH - Höjd - Kula / Längd - 800m						
F19 Femkamp	60mH - Höjd - Kula / Längd - 800m						
F17 Femkamp	60mH - Höjd - Kula / Längd - 600m						
F15 Femkamp	60mH - Höjd - Kula / Längd - 600m						
F14 Femkamp	60mH - Höjd - Kula / Längd - 600m						
F13 Fyrkamp	60mH - Höjd - Längd - Kula						
F12 Fyrkamp	60mH - Höjd - Längd - Kula						