

# PM VÄXJÖ INOMHUSKAST 6-8/2 2026

## TIPSHALLEN, VÄXJÖ

**IFK Växjö hälsar alla deltagare varmt välkomna till Växjö Inomhuskast! Det är med glädje vi meddelar att vi i år har ett rekordstort antal deltagare, med över 500 grenstarter!**

För att säkerställa ett smidigt tävlingsgenomförande är det viktigt att du noggrant läser igenom PM och tidsprogrammet så att du är väl informerad om vad som gäller. Snälla hjälp oss att hålla tidsschemat genom att vara på plats i god tid. Tack vare det stora antalet deltagare har vi behövt göra ett tigt tidsprogram under lördagen. Våra funktionärer kommer att göra sitt yttersta för att hålla dessa tider, men det kan ibland uppstå förseningar eller möjligheten att starta grenar tidigare. Var vänlig lyssna på speakern för eventuella uppdateringar eller förändringar. Vi hoppas att ni alla har förståelse för detta. Välkomna!

### PLATS

Tävlingen genomförs i Tipshallen, Arenastaden, Hejaregatan 7. **Ingång via Gymnastikens Hus** som ligger mellan Telekonsult Arena och Växjö Tipshall. OBS! IFK Växjö har inte bokat någon tid för träning i Tipshallen under fredagen. Parkering finns utmed Hejaregatan framför Telekonsult Arena, notera gällande parkeringsregler på skyltarna.

### OMKLÄDNING

I Telekonsult Arena finns det två omklädningsrum, ett för dam och ett för herr. Den ordinarie ingången för aktiva till Telekonsult Arena är låst (för den som inte har tagg). Ingång till Telekonsult Arena sker därför via passagen mellan Telekonsult Arena och Tipshallen.

### UPPVÄRMNING

I Tipshallens Sprinthall eller på rundbanan runt fotbollsplanen. Det går även bra att värma upp i Telekonsult Arena. Max två inkast per aktiv på tävlingsplatsen för 17år-Senior. Grenledare bestämmer om ev. fler i mån av tid.

### NUMMERLAPPAR

Inga nummerlappar används. Svenska föreningar faktureras. Ej förbetalda starter för utländska deltagare betalas på plats med kort.

### EFTERANMÄLAN

I den mån det finns plats, mot dubbel avgift. Efteranmälan görs på [easyrecord.se](https://www.easyrecord.se) fram till 60 minuter före respektive grenstart.

### TIDSPROGRAM

Finns på [www.easyrecord.se](https://www.easyrecord.se).

### AVPRICKNING/UPPROP

Avprickning i alla grenar för alla åldersklasser senast 60 minuter före grenstart på [easyrecord.se](https://www.easyrecord.se). Upprop sker på respektive tävlingsplats 10 minuter innan respektive grenstart.



## INNERPLAN

Är endast till för de som för tillfället tävlar och för funktionärer. Övriga håller sig utanför avspärningen.

## MAT

Kiosk finns i Tipshallen. Här kommer att erbjudas tilltugg, fika, kaffe, dricka mm. Betalning med kort eller Swish.

## INVÄGNING

Egna redskap lämnas för invägning vid hörnet till vänster om läktaren i Tipshallen senast 60 minuter före respektive grenstart, se nedan gällande kula fredag.

## REGLER/PRIS

### REDSKAP

#### **Fredag:**

M/K Senior kula sker inne i Telekonsult Arena med metallkuler. Invägning av egna redskap lämnas vid kastvägg till höger om spiraltrappan senast 60 minuter före grenstart.

#### **Fredag-Söndag:**

Övriga klasser i kula använder vi oss av inomhuskuler (gummi) samt i spjut är det inomhusspjut med gummispets som gäller. I diskus används samma typ av diskusar som utomhus och i vikt är det vikter anpassade för inomhus som gäller.

### 11–13 ÅR:

Tre försök i varje gren. Prisutdelning efter sista gren till alla deltagare, uträknat på platssiffra. Det vill säga en medalj till alla som tävlar (oavsett antal grenar). Guld till den med lägst platssiffra, silver till den med näst lägst, och brons till alla övriga. Den som inte är med i den avslutande grenen för sin åldersklass, säger till grenledaren så kan man få sin medalj innan.

### 15 ÅR - SENIORER:

Alla har tre försök, varpå de åtta främsta har ytterligare tre försök. I vissa fall kan flera klasser avgöras samtidigt och då gäller åtta främsta per klass till final.

Prisutdelning till de sex främsta i varje gren för 15-årsklass. Endast pris till segraren i 17–19-Seniorklasserna. Prisutdelningen sker direkt efter avslutad gren.

#### **OBS! (11–15 år) endast ett inkast per aktiv.**

- Spjut 1: Ansatsen sker på permanenta banorna. Endast slutet på ansatsen kommer att ske inne i Tipshallen.
- Spjut 2: (F/P11 och F/P13): Ansats på konstgräs.
- Tävlingen är åldersbunden, och inga "överåriga" deltagare tillåts.

#### **I tävlingen ingår även DM för Östsvenska distriktet i följande klasser:**

- M/K Sen: Kula (fre), vikt (lör)
- P/F17: Kula, vikt (lör)
- P/F15: Vikt (sön)
- P/F14: Vikt (sön)



## RESULTAT

Live-resultat finns på [easyrecord.se](http://easyrecord.se). Sätts upp i Tipshallen och på [www.ifkvaxjo.se](http://www.ifkvaxjo.se) efter tävlingsdagen.

## FRÅGOR

IFK Växjös kansli 0470–16116 eller [info@ifkvaxjo.se](mailto:info@ifkvaxjo.se).

## FÖRSÄLJNING

B-tex Sport kommer finnas på plats för försäljning av friidrottsutrustning, skor mm.

# Välkomna!

