



# GRENINSTRUKTION

## HÖJD

**Matta:** Matta A vid mållinjen och B vid 60 meters starten.

**Upprop:** 20 minuter innan start

**Antal hopp:** 3 försök / höjd

**Protokoll:** Resultat förs in digitalt via Easy Record efter varje hopp. Instruktion hur Easy Record fungerar finns som bilaga samt en genomgång av funktionen kommer att ske ca 1 timme innan grenstart.  
Kontrollera gärna en extra gång att rätt resultat förs in.  
OBS! Det är väldigt viktigt att även föra ett handskrivet protokoll ifall problem skulle uppstå under tävlingen.  
Ipad och startlista för handskrivet protokoll hämtas i sekretariatet av gren ledaren 40 minuter före start.

Alla hopp markeras med:

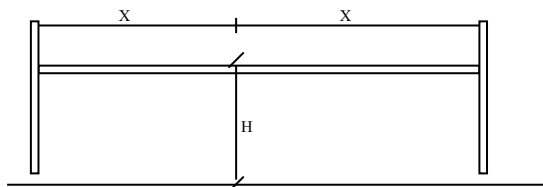
Giltigt hopp	=	O
Rivning	=	X
Ej hoppat	=	-

Innan protokollet lämnas åter till sekretariatet skall det bästa resultatet för varje person skrivas ut i högra kolumnen och placering för var och en fyllas i.  
Fyll även i resultat 1-3 på resultatkortet som tas med till prispallen för prisutdelning

*OBS: Det skriftliga protokollet är originalprotokoll och ska ovillkorligen lämnas in.*

Om två personer har klarat samma höjd, har den som klarat först vunnit. Om de rev i samma försök, räknas totalt antal rivningar i tävlingen, minst rivningar kommer först. Om de trots detta är lika, delas placeringen.

**Mätning:** Höjden mäts från marken till ovasidan ribba. Måttet mäts mitt på ribban.  
Det skall finnas 1cm fritt spelrum mellan ståndare och ribbände samt 10cm spelrum mellan ståndarna och hoppbädd. Kollas vid inför och vid höjningar.



# GRENINSTRUKTION

## HÖJD

**Höjningar:** Följande höjningsschema skall användas. Skulle någon vilja börja tidigare går det bra. Räkna baklänges för att se vart ingångshöjden skulle vara då.

<b>F10-F13</b>	(-5cm) -108-113-118-123-128-132-136-140-144-148-152	sedan+2cm
<b>F14-15</b>	(-5cm) -128-133-138-143-148-152-156-160-163-166	sedan+2cm
<b>F17</b>	(-5cm) -143-148-152-156-160-164-168-172	sedan+2cm
<b>P10-P13</b>	(-5cm) -118-123-128-132-136-140-144-148-152-156-160	sedan+2cm
<b>P14-15</b>	(-5cm) -132-136-140-144-148-152-156-160-164-168	sedan+2cm
<b>P17</b>	(-5 cm) -152-156-160-164-168-172-176-180-184-188-192	sedan+2cm

### Ansvarsuppgifter:

Ansvarig	Ansvarar för manuellt protokoll och protokoll i Easy Record och om hoppen är giltiga eller inte samt ropar upp deltagarna innan varje hopp och vilka 2 som står på tur.
Ribba x2	Lägger upp ribban vid rivning samt mäter om ribban vid varje höjning.
Tavla	Ansvarar för resultattavla (tänk på att speakern även behöver se resultatet).

### Regler:

- Tävländes hopp skall påbörjas inom 1 minut.
- Om ribban darrar är inte hoppet giltigt förrän darret upphört eller grenledaren bedömer att ribban kommer att ligga kvar.
- Hoppet är ogiltigt om hopparen utan att först klara ribban berör marken eller hoppbädden bakom det tänkta vertikallplanet genom ribba och ståndare (ställningen).
- Upphoppet ska ske med en fot.
- Skiljehopp sker endast vid internationella tävlingar. Samma resultat ger delad placering och markeras i protokollet efter placeringen med =