

# Checklista för arrangör vid tävling

Denna checklista skall ses som en vägledning vid SM- och DM-tävlingar.

## FÖRE TÄVLING

- Ansöka om att få arrangera mästerskapet hos: för SM SSF, för DM SDF
- Tävlingsorganisation
- Budgetering av tävlingen
- Boka lokal med möjlighet till ombyte och helst bastu.
- Boendialternativ
- Skicka/Synliggör i god tid inbjudan/ information för tävlingen till föreningarna
- Beräkna invägnings- och starttider i samråd med SSF/SDF
- Kontakta lokal press
- Affischering/Reklam
- Ev. sponsorer
- Beställ ev. priser, medaljer, deltagarplaketter. SM medaljer beställs av SSF.
- Informera Antidoping Sverige och Förbundets Antidopingutskott om tävlingen i god tid. (för SM sköter SSF detta)

## Funktionärer

- Tävlingsledare
- Domare
- Klovare/Passare
- Speaker
- Sekreterare
- Tidtagare/Viktändringsmottagare
- Musikspelare
- Prisutdelare
- Pressansvarig
- Servering
- Städ
- Ev. Webbsändningsansvarig
- Ev. Första hjälpen personal

## Rum för domare (gäller särskilt SM)

- Förtäring (för SM, se avtal)
- Stolar och bord

## Invägningsrum

- Möjlighet till köbildning utanför
- Kalibrerad invägningsvåg
- Kalibrerad kontrollvåg utanför.
- 1 Bord och minst 2 stolar
- Pennor
- Deltagarförteckning
- Invägningslista
- Tävlingsprotokoll
- Startkort (förberett ifyllda så mycket som möjligt)
- Viktändringslappar ca 3-5 av varje/deltagare
- Ev. dator i det fall det används
- Papperskorg

## Utrustningskontroll

- Möjlighet till köbildning
- 2 bord och minst 2 stolar
- Måttband
- Sax
- Tejp
- Pennor
- Lista på godkänd utrustning (IPF approved list)
- Deltagarförteckning
- Blankett: *Utrustningskontroll*
- Papperskorg

## Ställningshöjder

- Ställning, bänk och safety racks i paritet med tävlingsställning.
- Styrkelyftstång
- Deltagarlista
- Lista för ställningshöjder
- Pennor

## Uppvärmningsrum

- Tillräckligt antal SL-ställningar och vikter
- Ljud-/TV-förbindelse från tävlingsplatsen
- Magnesiumbehållare och magnesium
- Papperskorgar
- Stolar/Bänkar
- Förbandslåda inkl. plåster, sårspit och kylpåse/spray

## Rum för dopingkontroll (låsbar dörr)

- Toalett
- Bord och minst tre stolar

## Tävlingshallen

- Podie
- Ställning inkl. bänk och safetyrack
- Skivstång
- Vikter, viktställ och rekordvikter
- Skivstångshäv för marklyft
- Stångborste
- Fotblock
- Magnesiumbehållare och magnesium
- Klovschema
- Namnlista med ställningshöjder
- Dammsugare
- Golvmopp
- Handduk/Trasa
- Stolar/bänkar i anslutning till podiet för respektive lyftargrupp.
- 3 Stolar och 3 mindre bord till domarna (Vid SM även jurybord inkl 3 stolar).
- Domarsystem
- 3 vita och 3 röda "flaggor"
- Prusbord och prispall
- Papperskorgar
- Resultattavla
- Ev. dataskärm för klovarna för lyftinfo.
- Väl tilltagen belysning för korrekt bedömning av lyften.
- Tillgång till rent vatten.

## Sekretariat

- El
- Bra Internet
- Bord och stolar
- Speakeranläggning
- Dator
- Musik
- Tidtagarur
- Skrivare alt. i närheten
- Koefficienttabell
- Miniräknare
- Tejp, papper, pennor
- Vatten

## Dokument

Vid SM sänds mycket av detta från kansliet.

- Tävlingsprotokoll
- Rekordlistor
- Rekordanmälan
- Startkort
- Viktvalsappar
- Klovschema
- Ställningshöjder
- Invägningsordning
- Rapport för
- Tävlingsbestämmelser
- Tävlingsregler

## Anvisningskyltar

För tävlingen anpassat antal och platser

## Kafeteria eller liknande

Tillgång till förtäring (mat och dryck) ska finnas inom rimligt avstånd. Finns inte detta ska det anges i inbjudan.

## Övrigt

- Duschar
- Bastu
- Massage
- Utställare

## EFTER TÄVLING

**Förutom städning och iordningställande:**

- Tävlingsprotokoll skickas till:  
SF, SDF, klubbar och press.
- Kontakta press
- Rapportera resultaten i databasen
- Tackkort till ev. sponsorer
- Utvärdering
- Budgetuppföljning