



**SVLs**

**konkurranse-**

**vedtekter**

**Sommar SM**

# KAPITTEL 5

## SOMMER SM - LASSOKASTING

### § 5-50 SOMMER SM - LASSOKASTING

Det skal kastes fem -5- ganger på samme horn fra anvist distanse.

Lassoen kan ha to lassoringer.

Avstand mellom hvert enkelt horn fra ytterste takk, og kant- og midtstolper skal være en meter.

Hornene skal være av omtrentlig samme form.

Hornene skal være rettet fremover mot lassokasterens kasteposisjon.

Start og målpunkt skal være 25 meter fra hornene.

Lengdene skal være godt merket og merkene godt forankret i bakken.

Hvert treff gir poeng på grunnlag av tabellen.

#### 1. Poengberegning:

Best resultat har den som har flest poeng etter fem lassokast. Hvis to deltakere har samme poengsum, så er vinneren den som har kastet fem lassokast fortest.

#### 2. Kvalifisering:

Første dagen konkurreres det om hvilke deltakere får fortsette til semifinaler. Det er tidtaking under lassokasting. I kvalifiseringen skal det være mellom 4-6 deltakere i hvert heat. Fra kvalifiseringen kvalifiserer 12 deltakere seg til semifinale. Hvis det er under 6 deltakere i kvalifiseringen går alle direkte til finale.

Hvis det i kvalifiseringen er flere enn 12 deltakere som har samme poengsum, så avgjør tiden.

Andre dag gjennomføres semifinaler og finale. Ellers er det de samme regler som første dag.

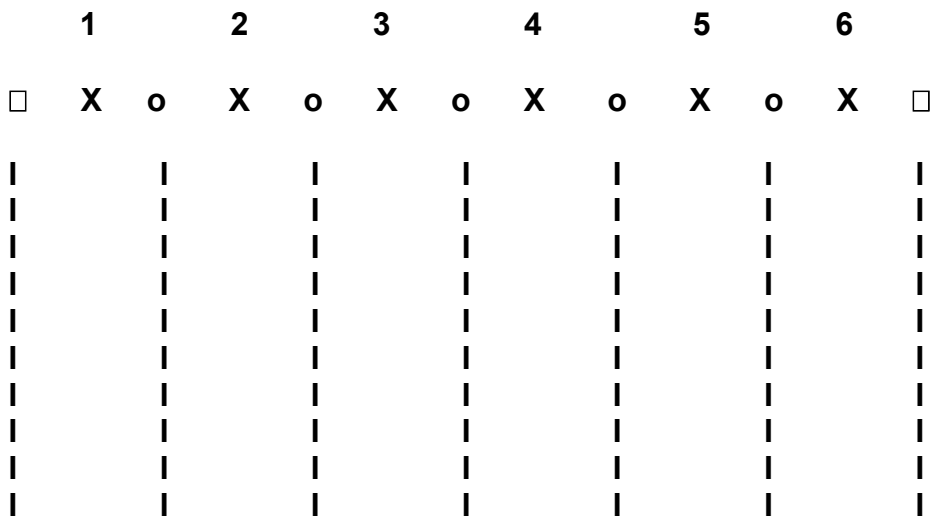
#### 3. Annet

- Lassoen skal være rettet ut før konkurransen starter..
- Tiden tas fra start til lassokastingen er gjennomført, og lassoringen holdes oppe.

## § 5- 51 KLASSER

Klasse	4 poeng	5 poeng	6 poeng	7 poeng	8 poeng
9 år jenter - gutter	4 m	5 m	6 m	7 m	8 m
10 år jenter - gutter	4 m	5 m	6 m	7 m	8 m
11 år jenter - gutter	5 m	6 m	7 m	8 m	9 m
12 år jenter - gutter	5 m	6 m	7 m	8 m	9 m
13 år jenter - gutter	6 m	7 m	8 m	9 m	10 m
14 år jenter - gutter	6 m	7 m	8 m	9 m	10 m
15 år jenter - gutter	7 m	8 m	9 m	10 m	11 m
16 år jenter - gutter	7 m	8 m	9 m	10 m	11 m
17-18 år junior damer	9 m	10 m	11 m	12 m	13 m
17-18 år junior herrer	11 m	12 m	13 m	14 m	15 m
19 år + Damer Åpen (19 – 60 år +)	7 m	8 m	9 m	10 m	11 m
45 – 59 år Damer	6 m	7 m	8 m	9 m	10 m
60 år + Damer	6 m	7 m	8 m	9 m	10 m
19 år+ Herrer Åpen (19 – 60 år +)	11 m	12 m	13 m	14 m	15 m
45 – 59 år Herrer	9 m	10 m	11 m	12 m	13 m
60 år + Herrer	9 m	10 m	11 m	12 m	13 m

### SM LASSOKAST ARENA



X = hornstolpe  
o = midtstolpe

□ = kantstople

Nummerskilt 1-6, skal ha en annen farge enn kantstolpene. Avstand mellom hornstolpe og midtstolpe skal være 1,25 meter. I sommerkonkurranser kan midtstolpe sløyfes, men ikke kantstolper. Avstand mellom hornstolpene 1,25 meter. Kant- og midtstolper skal være like høy som høyeste punktet på hornet.

### **Lassokastdistanser**

Herrer: 11, 12, 13, 14, 15 meter

Damer: 7, 8, 9, 10, 11 meter

## **§ 5-52 FELLES BESTEMMELSER**

Hele lassoen skal være laget i samme materiale. Hvis lassoen er skjøtet så skal skjøtet være av samme materiale som hoveddelen.

## **§ 5-53 KONKURRANSEBESTEMMELSER**

1. Under konkurransen skal lassoen være i hånda.
2. Under lassokastingen er det ikke tillatt å tråkke over distansestreken.
3. Hvis man treffer mer enn det hornet/stolpen som er avtalt/ tildelt deltakeren, godkjennes ikke lassokastingen.

## **§ 5-54 HORNSTOLPE**

1. Hornstolpen som hornet skal festes til skal være ca 1 meter lang fra bakken til hornet.
2. Horn som anvendes skal ha så lik form som mulig.

## **§ 5-55 TREFFSIKKERHET OG LASSOKASTHURTIGHET**

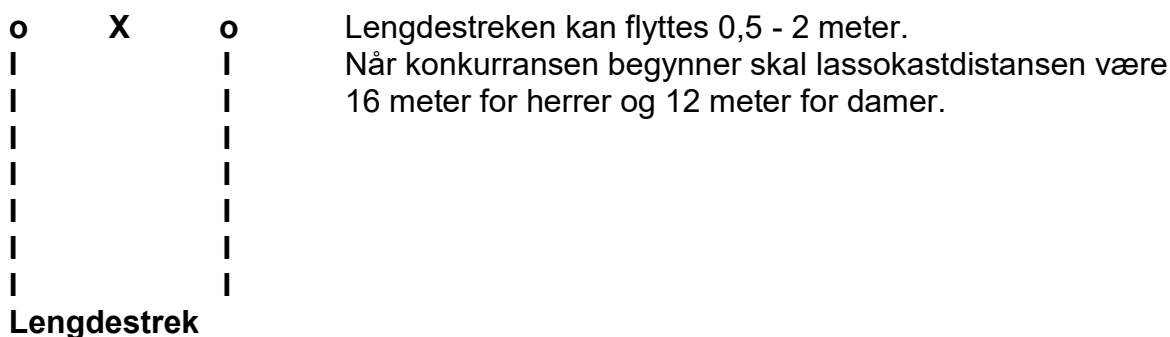
1. I treffsikkerhets- og lassokasthurtighet er målsetningen å være hurtig og ha en god treffsikkerhet.
2. Lassokastingen gjennomføres med fellesstart, og deltakerne starter fra samme sted 25 meter fra treffpunktet.
3. Konkurransen gjennomføres på den måten at 2 - 6 deltakere kaster lasso av gangen.
4. Når startsignalet er gått, går/løper deltakerne til den korteste lassokastdistanse (herrer 11 meter og damer 9 meter). Hver lassokaster har 2 meters lassokastbane. Mellom ytterste hornspiss og kantstolper skal det være en meter.
5. Lassokastingen godkjennes ikke hvis man treffer/får fast både hornet og kantstolpen.
6. Når lassoen er fast i hornet, skal man i tvilstilfeller stramme lassoen til den ikke berører bakken.
7. Deltakerne skal være på anvist lassokastbane under hele konkurransen.
8. Deltakerne skal kaste mot hornet til man har truffet/ fått fast. Deretter skal deltakeren fortsette med neste lengde, en meter lenger bak.
9. Deltakeren avanserer i konkurransen når man har truffet/ fått fast en gang på hver lengde/ distanse.

10. Deltaker som har fått fem treff/ fått fast fem ganger, skal løpe tilbake til startstreken.
11. Lassokasteren som er først ferdig, er vinner av konkurransen. Man kan ta tiden på lassokastkonkurransen.
12. Hvis det er flere enn 6 deltakere i konkurransen, kan man gjennomføre kvalifisering i 2 eller heat. Den som gjennomfører lassokastingen hurtigst i hvert heat kvalifiserer seg til finalen.
13. Hvis det er flere enn 36 deltakere påmeldt, gjennomføres konkurransen i tre omganger/ runder, en kvalifiseringsrunde hvor deltakerne går videre etter å ha oppnådd fem treff/ fått fast fem ganger og oppnådd best tid. I semifinalen benyttes samme måte.

### **§ 5-56      *LENGDELOSSOKASTING // ej aktuellt***

1. Deltakerne kaster etter tur med den samme lassoen. Arrangøren skal ha mellom 1 og 3 lasso(er) til konkurransen, som alle Deltakerne bruker.
2. Alle kaster på det samme hornet, ca 1m høy stolpe.
3. Første lengde for herrer er 16 meter, og for damer 12 meter.
4. Deltakeren velger selv fra hvilken lengde vedkommende starter lassokastingen, er ikke påbudt å starte fra korteste lengde.
5. Hver deltaker kan forsøke inntil tre ganger på hver lengde. Hvis deltakeren treffer/ får fast på første forsøk så kan vedkommende selv velge neste påfølgende lengde.
6. Hvis en deltaker ikke treffer/ får fast på sine to første forsøk, kan vedkommende flytte sitt siste forsøk til en lengre distanse.
7. Hver deltaker kan bestemme selv fra hvilken lengde man vil kaste fra.
8. Hvis en deltaker ikke kaster lasso når det er vedkommendes tur, godkjennes ikke lassokastingen.
9. Vinner er den som har truffet/ fått fast fra lengst lengde/distanse og brukt minst forsøk. Underkjent lassokasting er det samme ett forsøk.

### **LASSOKASTARENA LENGDELOSSOKASTING**



## 6. KAPITTEL: SOMMERIDRETT SM

### § 6-60 SM SOMMERIDRETT

SM sommerkonkurranser er individuelt løp og lassokast konkurranse, og reingjeterstafett.

### § 6-61 SM TERRENGLØP

Klasse	Distanse
9 år Jenter - Gutter	0,5 km
10 år Jenter - Gutter	0,5 km
11 år Jenter - Gutter	1 km
12 år Jenter - Gutter	1 km
13 år Jenter - Gutter	1,5 km
14 år Jenter - Gutter	1,5 km
15 år Jenter - Gutter	3 km
16 år Jenter- Gutter	3 km
17-18 år Junior damer	3 km
17- 18 år Junior herrer	3 km
60 år+ Damer	3 km
50-59 år Damer	3 km
35-49 år Damer	3 km
19 år+ Damer	3 km
60 år+ Herrer	3 km
50-59 år Herrer	3 km
35-49 år Herrer	3 km
19 år+ Herrer	6 km

## **§ 6-63 SM REINGJETERSTAFETT**

**Lassokasting:** se paragraf 3-36. Lassoen kan ha to lassoringer. Det skal kastes fem -5-ganger på samme horn fra samme sted.

Avstand mellom horn fra ytterste takk, og kant- og midtstolper skal være en meter.

### **Etter fullført lassokasting:**

- Skal lassoen kveiles og settes over skulderen og under den andre armen før man kan gå videre med riktig utstyr.
- Det er ikke tillatt å sette lassoen rundt halsen. Det er ikke lov å motta hjelp fra andre.
- Lassokastarenaleders og medhjelperes instruksjoner skal følges.
- Kun arrangører har adgang innenfor lassokastarena.
- Veksling er godkjent når det er fysisk kontakt i vekslingssonen.
- Vekslingssonen skal være ca. 20 meter.
- En og samme deltaker kan ikke løpe for to eller flere aldersklasser i stafetten.

OBS: Klassindelning enligt SSIF:s regler. Se inbjudan.