

## **Sikkerhet på bane**

Dette er en veiledning på hvordan man skal sørge for sikkerhet under konkurranser på bane. Husk at disse prosedyrene er viktig å følge på trening også.

Det er viktig at utøvere og funksjonærer er kjent med stadions utforming og hvor kryssende øvelser kan forekomme. Det er både i kast/løp, Hopp løp, Kast/ hopp osv.

Et konkurranseområde kan være nokså uoversiktlig med aktivitet på flere områder samtidig. Tenk gjennom hva som kan gå galt. Vær forberedt.

### **Generelle krav**

- Sørge for at alle innganger til banen er bevoktet og at det kun er akkrediterte på indre bane.
- Trafikkvakter i alle øvelser. Ha kontroll når konkurranseområder krysses.
- Funksjonærer skal være fysisk skikket til å utføre oppgaven.
- Sikre at løse gjenstander ikke kan havne inn i konkurranseområdene. Spesielt ved vinder dette en aktuell problemstilling. Vær obs! På løse boards på indre bane.
- Samarbeide med rette myndigheter om risikovurdering av arrangementet.

### **Kast**

- Sjekk om buret er tilrettelagt for øvelsen.
- Kontroller at åpningen på buret er i henhold til reglene (6 meter).
- Kontroller at nettet er helt – ingen redskaper skal kunne gå gjennom nettet.
- Vingene på kastburet skal brukes.
- Lag faresektor ut fra malen i Håndboken.
- Oppvarmingskast SKAL skje i kastrekkefølgen og under oppsyn av dommer.
- All bruk av redskap skal være overvåket av en ansvarlig for øvelsen.
- Når konkurransen har startet, har ikke utøvere lov til å øve i kastringer, spydtilløp eller kastsektorer. Det er aldri lov til å øve med redskap utenfor ring og tilløp.
- Redskap som ikke er i bruk, skal ligge på redskapsstativet. Kun ett redskap skal være tilgjengelig om gangen, både under oppvarming og i konkurranse (dette gjelder også på trening).
- Utøvere, funksjonærer og andre roller skal befinne seg i forhåndsdefinerte sikre soner.

- Funksjonærer som befinner seg i områder hvor redskapen lander, SKAL ALLTID ha fokus mot kastområdet og gjennomføringen av selve kaset. Leder av øvelsen skal sørge for at dette overholdes.
- Kastområdet skal alltid være stengt frem til redskapen er returnert. Redskapen skal bæres/kjøres tilbake.
- Sørg for at redskap og kastområdet er i forsvarlig stand, og så lik som mulig for alle deltakere.

## **Hopp**

- Sørg for at landingsområdet er trygt. Riktig mengde sand i gropene, og matter etter mål og i forsvarlig stand.
- Satsplanken må være hel, i forsvarlig stand og forsvarlig montert.
- I lengde og tresteg SKAL innhopping skje i konkurranserekkefølgen.
- Unngå kryssing av konkurranseområdet. Ha en egen vakt/sperre for dette om nødvendig.
- Sørg for at utøverne forlater landingsområdet forsvarlig og uten å forstyrre andre øvelser.
- Vær obs på at det er kort avstand mellom sandgrop og løpebaner de aller fleste steder. Unngå raking og funksjonærer i bane en.

## **Løp**

- Sørg for at kryssing av baner skjer forsvarlig. Kryssing bør skje midt på langsidene. Da har man god sikt begge veier.
- Sikre at sarg, hekker, hinder og vanngrav er i forsvarlig stand.

## **Helse**

- Førstehjelpsansvarlig må defineres på forhånd.
- Stevnelege på større stevner..
- Vite hvor førstehjelpsutstyr og nærmeste hjertestarter er.
- Ha telefonnummer til legevakt og ambulans lett tilgjengelig.