



**Norsk  
Friidrett**

Hordaland

**VEDLIKEHALDSMANUAL  
FRIIDRETTSANLEGG**

2024



Kunststoffdekke  
Grusbaner

## Innholdsliste

1	DEFINISJONAR.....	5
2	KONKRETE VEDLIKEHALDSPLANAR/ RUTINAR FOR ANLEGG MED KUNSTDEKKE .....	6
3	UTFYLLANDE OPPLYSNINGAR OG KOMMENTARAR OM VEDLIKEHALD AV KUNSTSTOFFBANER .....	8
4	KONTROLLSKJEMA FOR BANEMANNSKAP KUNSTSTOFFDEKKE .....	11
5	VEDLIKEHALDSPLAN FOR GRUSBANER .....	13
6	KONTROLLSKJEMA FOR BANEMANNSKAP - GRUSBANER.....	15
7	UTSTYR SOM VERT NYTTA PÅ FRIIDRETTSANLEGG VED KONKURRANSAR.....	17
8	HORDALAND FRIIDRETTSKRETS: Samarbeid mellom friidrettslag og distriktskontaktar i anleggsutvalet ....	19
9	Resolusjon om reell medverknad for friidretten .....	21
10	Nettløysing fellesanlegg friidrettsbaner/kunstgras fotballbaner. ....	23

## Føreord 3.utgåve 2024

Det har vore synfaring og oppfølging på friidrettsanlegga i alle kommunane i perioden 2016-2024.

Anleggsutvalet i samarbeid med dommarutvalet i Hordaland friidrettskrets (HFIK) har gjennomført dei aller fleste synfaringane. Resten har Norges friidrettsforbund (NFIF) sitt anleggsutval hatt.

På synfaringane kom det fram at vedlikehaldet på fleire av anlegga ikkje er tilfredsstillande. Det viste seg og at eit fåtal av kommunane har faste rutinar/plan for vedlikehald av anlegga. Til og med på anlegg med fast banemannskap var det ikkje strukturert plan for stell og vedlikehald.

Godt stell og vedlikehald aukar «levetida» til eit anlegg og gjer arenaen meir innbydande til å bruka. Ein risikerar heller ikkje at kommunen blir tvinga til å betala attende eventuelle spelemidlar på grunn av for dårleg/manglande vedlikehald.

Med bakgrunn i dei ovanforståande erfaringane, har Anleggsutvalet i HFIK med bistand frå NFIF arbeidd ut reglar for vedlikehald av friidrettsanlegg.

Det kan og opplysast at ein del kommunar har bede om hjelp til å utarbeida konkrete og oversiktlege reglar for vedlikehald/arbeidsrutinar. På den måten kan kommunane halda friidrettsanlegga i best mogeleg stand.

Anleggsutvalet i HFIK vonar at denne vedlikehaldsplanen kan vera til nytte for kommunane i arbeidet med vedlikehald av friidrettsanlegga.

Følgjande er nytt i 2024-utgåva: ny kapittel-inndeling.

- Side 4: Nye kap.1.4 og 1.5
- Side 5: Nytt underpunkt f) i kap.2.1. Kap.2.2 oppdatert.
- Side 6: Nytt underpunkt b) i kap. 2.3, samt er underpunkt 2.1 oppdatert.
- Side 9: Nytt kap. 3.7
- Side 16: Kap. 7.4 oppdatert

Bergen 02.10 2024

For anleggsutvalet i HFIK  
Ingrid A. Dugstad  
Leiar

1. utgåve 2017 ved Helge Brekke og Arne Reigstad
2. utgåve 2020 ved Peer Jarnung og Einar Vevatne

# 1 DEFININISJONAR

## 1.1 Kva er ein friidrettsstadion?

Ein standard utandørs friidrettsstadion har ei rundløpsbane på 400 m med to langsider og to svingar og ei sprintbane samanfallande med den eine eller begge langsidene for 100 m og 110 m hekk og med start og stopp- felt. Antal baner er 6 eller 8 for ein fullverdig stadion, men færre baner kan også brukast til mindre konkurransar og til trening. Svingane si radius kan variere mellom 35 og 38 m, medan standard er 36,5 m. Denne storleiken gir plass til ei fotballbane innanfor friidrettsbana.

## 1.2 Fullverdig friidrettsanlegg

Eit fullverdig friidrettsanlegg er eit anlegg der ein kan gjennomføra alle friidrettsøvingane på anlegget.

Det vil sei:

- alle typar løp inkl. hekkøvingar og hinderløp.
- alle kastøvingar, diskos, spyd, slegge og kule.
- alle hoppøvingar, lengde, tresteg, høgde og stav.

## 1.3 Dekktypar

- A) Kunststoffdekke av ulike typar som alle er vassgjennomtrengelige.
- B) Koksgrus, maskingrus 0-4 (subbus) og knust raud alemskifer (Baner med eit av desse dekka blir sjeldan bygd i Norge idag).

## 1.4 Stadionsertifikat

NFIF gir ikkje lenger ut stadionsertifikat. Godkjenning av anlegg skjer ved at det kan bli framlagt ein godkjent testrapport, utarbeida av ein uavhengig testinstans, som gjer at spelemiddel til anlegget kan verte utbetalt.

NFIF har eit forholdsvis komplett arkiv over testrapportar, men NFIF er avhengig av at testinstituttet eller anleggseiger sender den inn.

## 1.5 Kastfelt

Når det gjeld anlegg med separate kastfelt så må desse tilfredsstillende krava i konkurransereglane. Dersom dei er oppfylte så er kastfeltet godkjent for konkurransar. Ref. også kapitlet om stadionsertifikat.

## 2 KONKRETE VEDLIKEHALDSPLANAR/ RUTINAR FOR ANLEGG MED KUNSTDEKKE

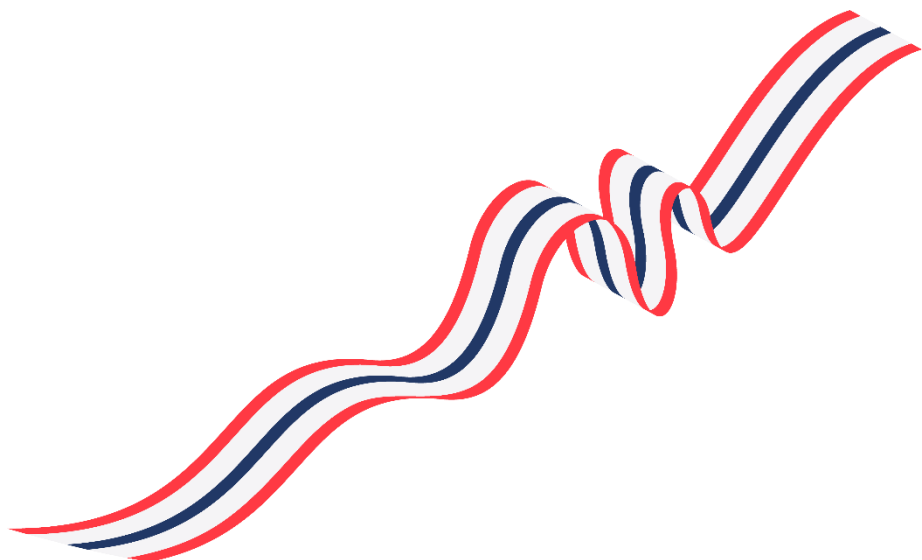
### 2.1 Anlegg med kunstdekke

- a. Løpebana, halvmånen/halvmånane, tilløpet til lengde, tresteg, høgde, stavhopp og spyd.
- b. Reingjering av dekket ein til to gonger pr. veke med suge -/børste-/ blåsemaskin.  
Spyling på dei mest forureina flatene f.eks. ved hoppegropene og der det er lauv frå tre.
- c. Etter slåing av ei grasmatta og arbeid med granulat på ei kunstgrasbane, må alle grasrestar/granulat fjernast frå alle flater med kunstdekke.  
Gras som blir liggande på dekket, tettar til dei vassgjennomførande porene. I tillegg vert kunstdekket sleipt. Alt granulatet på kunstdekket må fjernast.
- d. Hovudreingjering og vedlikehald ein gong pr. år.  
Her må ein:
  - kontrollera slukar og avløpsleidningar.
  - fjerna ugras/gras og liknande i overgangen mellom kunststoffdekke og kantsteinar/mur/sarg etc.
  - registrera eventuelle telehiv og «setningar»
  - reparere sarg/list.
- e. Djupreinsing av kunstdekket må ein gjennomføra kvart/eller annakvart år. (Alt etter forureininga nivå) med høgtrykkspylemaskin.  
Nærare omtale sjå punkt b) i kap. 3.3 (Utfyllande opplysningar)
- f. For å redusere slitasjen i bane 1 når det ikkje er arrangement, kan ein setje opp minst ein bukk med skilt på begge langsidedene og i begge svingane. På skiltet kan det stå: Bane 1 stengt

### 2.2 Hoppegroper for lengde og tresteg

Kvart år må ein sjå til fylgjande:

- at det er nok grus i hoppegropene
- at tildekkinga av hoppegrope er i orden og kan festast på ein lettvinnt måte. Det er anbefalt å dekke lengdegropa med grøn filtmatte. Den er lett å fjerne og sanden held seg fuktig. I tillegg unngår ein at hundar og kattar får tilgang til lengdegropa.
- at satsplankane er i god stand/godkjente.
- at tilløp for lengde og tresteg er «reint» jfr. kap. 2.1



## 2.3 Tilløp for høgde og stav

- a. Reinhold jfr. Kap. 2.1.
- b. Stavmatta bør oppbevarast i eit stavhus. Eit slikt stavhus er veldig tungt og for at hjula til stavhuset ikkje skal sige ned i dekket er det anbefalt å leggje rustfri stålplate (30x30cm x 4mm) under der hjula står.

## 2.4 Ringar og kastbur for diskos og slegge

- a. Kastburet/kastbura må haldast i ein sli stand at det ikkje utgjør noko fare for utøvar/trenarar eller publikum.
- b. Kastringar må minst 1 gong pr. år slipast/pussast slik at strukturen i betongen ikkje vert for grov.
- c. Kastsektorane må vera i ein slik stand at dei oppfyller kravaforNFIF (hellingsgrad, jamn... etc.)
- d. Stopplankane i kule-ringen/ringane skiftast ut etter trong.

## 2.5 Tilløp for spyd

Reinhold jfr. Kap.2.1.

## 2.6 Hekker og hinder/vassgrav

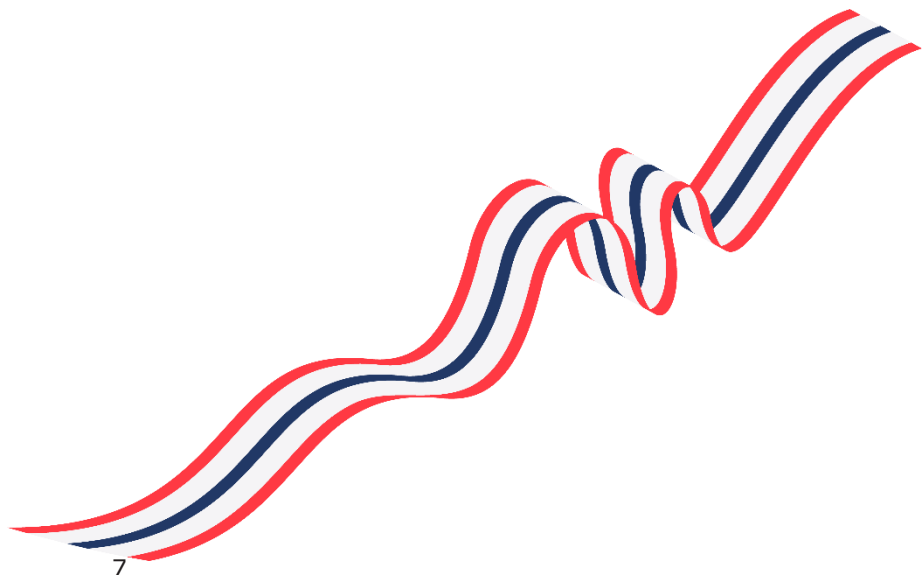
Hekkar og hinder/vassgrav (for hinderløp) må reparerast og haldast i orden.  
Hekkar og hinder må oppbevarast på ein tørr stad. (vinter inne)

## 2.7 Høgtalaranlegg

Godt høgtalaranlegg er svært viktig for å arrangera gode stevner/arrangement for alle typer idrett. Høgtalaranlegget må ha service ein gong i året.

## 2.8 Hugseskjema

Se kapittel 4.



## 3 UTFYLLANDE OPPLYSNINGAR OG KOMMENTARAR OM VEDLIKEHALD AV KUNSTSTOFFBANER

### 3.1 Generelle opplysningar

Vedlikehaldsrutinar og omfang av vedlikehald er avhengig av grunntilhøva og oppbygginga av bana, medrekna drenasje/ avløpssystemet. Kva type banedekket og brukarfrekvens spelar også ein stor rolle for vedlikehaldsarbeidet. Kombinasjonsanlegg der det er kunstgrasbane og friidrettsbane, fører til store utford-ringar m.o.t vedlikehald av friidrettsanlegg. Det vil også føra til ekstra vedlikehaldskostnader.

NS 3420 – ZJ 2011 viser grunnlaget for at ein ev. skal kunna reisa krav om garantiutløysing. Det vert difor tilrådd at eigarar av friidrettsanlegg med kunststoffdekke (fast dekke) skaffar seg dette dokumentet.

### 3.2 Vedlikehald av kunststoffdekke

Kunststoffdekke vert i dag lagt av spesialfirma (tyske, sveitsiske, svenske, hollandske) Dekk-leverandørane skal i samsvar med Kulturdepartementet sin idrettsavdeling (KUD/I :«Standard anbudsbeskrivelse for vanngjennom- trengende friidrettsdekke») gje ein vedlikehaldsgaranti på 5 år. Ved bygging av slike anlegg for friidrett må det takast spesielt omsyn til grunntilhøva. Det er nødvendig å ha nøye kjennskap til grunnen ein byggjer på. Ei slik bane har ekstremt krav til å vera heilt plan over lang tid. Setningar på ei bane vil føra til avkorta levetid, og det skal kun få millimeter avvik til før bana må reknast som ubrukeleg til konkurransar. Garantien gjeld ikkje dersom skaden(ane) skuldast dårleg grunnarbeid (setningar, telehiv o.l.), dårleg reinhald eller feil bruk av maskiner m.m. Tunge køyrety bør ikkje køyra på banedekket anna enn under heilt nødvendige omstende. Generelt bør ikkje rattet dreiest med stillestående hjul, då ein kan risikera at dekket føl hjula i staden for at hjulet skal dreiest oppe på dekket.

### 3.3 Reinhaldsarbeid og reparasjonsarbeid

- a. Reinhaldsarbeid og eventuelt reparasjonsarbeid omfattar følgjande:  
Reinhaldsarbeid ein til to gonger i veka med suge/børste/blåse- maskiner eller spyling på dei mest forureina areala (f.eks. ved hoppegropene og område utsett for lauv og barnålsnedfall eller anna organisk materiale).  
Ved kombinasjon av kunstgras og fast dekke på friidrettsareala, er granulat i løpebana ofte eit stort problem. Slik granulat bør fjernast dagleg sidan det verkar som kulelager under joggesko og kan såleis medføre skliskadar. Ved feiing skal det berre brukast kost med mjuk bust. Stri bust vil slå av nudlane på toppen av dekket og slita av ein del av merkinga. Dersom ein brukar høg trykkspylar på kantar eller på spesielt forureina område, så bør trykket ikkje overstiga 120 bar av same grunn som feiing med stiv bust.
- b. Djupreinsing (spyling) bør gjennomførast kvart år, eller i det minste annan kvart år (avhengig av lokalt forureiningsnivå). Slik reinsing skal gjerast med høgtrykkspylemaskin som opnar porane slik at vatn framleis slepp igjennom dekket. Ei slik maskin spyle vatn under høgt trykk skrått ned i dekket og syg også vatnet opp att. Ei slik teneste/arbeid kan kjøpast inn frå nokre firma i landet som har spesialisert seg på dette. Det fins også nokre baneigjarar som har gått saman om slikt utstyr/maskin. Sjå kap.3.7.

### 3.4 Skader på kunstdekke

Utbetring av skader som kan ha kome etter bruk av maskiner o.l.  
Reparasjon av enkelte mindre skader kan også med jamne mellomrom vera aktuelt.

Skal tunge køyretøy stå på dekket ei stund, ( f.eks. ved bruk av lift til reparasjonar eller anna arbeid), så må tyngda fordelast under hjul og dei støttepunktta ein brukar slik at underlaget ikkje blir komprimert og det vert varige merke.

Ein skal ikkje lagra fotballmål, innbytarbenkar og/eller andre tunge ting på kunst- stoffdekket Erfaringar har vist at det kan setja varige merke, og at dekket har fått skade ved flytting av utstyr.

Ein gong i året bør det gjennomførast synfaring saman med dekk- leverandøren for å registrera og utføra nødvendige reparasjonar iht. avtale i garantiperioden.

### 3.5 Levetid for kunstdekke

- a. Etter om lag 10 år bør ein vurderer kor lang «levetid» dekket har att. Med eit godt vedlikehaldsarbeid samt regelmessige vøling av skader, så vil dekket då framleis kunna ha ei brukstid på nye 10 år! Men det er sannsynleg at merkinga på bana då tek til å bli slitt. Ein bør då vurderer ei full merking. Dekkleverandøren utfører slik teneste. Etter ti år bør ein også (forutsett at dekket framleis drenerer godt) likevel vurderer:
  - høgtrykkvasking av alle flater
  - ev. reparasjonar/utskifting av areal som er nedslitt
  - sprøyting av bana med PUR – masse i to lag
  - ny komplett oppmerking og ny merkeplan
- b. Slik rehabilitering vil kosta ca. 1/6-del av ny kostnad for dekket. Eventuelle reparasjonar av grunnarbeid, betong- og kantsteinarbeid kjem i tillegg før kunststoffdekket kan rehabiliterast. Då vil ein også ha dekket funksjonelt i nye ti år.

### 3.6 Dårleg drenering

Dersom dekket ikkje lenger drenerer godt ( tette porer), kan det bli aktuelt å ta av heile dekket for å byggja det opp på nytt. Asfalten (som ligg under kunststoffdekket) må då testast for å sjå om vatnet framleis drenerer igjennom. Erfaringsmessig er det ofte heilt greitt å leggja nytt dekke på igjen dersom asfalten fungerer som den skal. (nødvendige reparasjonar må sjølvstøtt utførast også) Bana vil då kunna få ein ny femårsgaranti. Slik rehabilitering vil ein også kunna få spelemidlar til dersom ein søker.

### 3.7 Kontakt reingjeringsmaskin

Bergen kommune har i 2024 kjøpt inn reingjeringsmaskin for friidrettsbaner utandørs med fast dekke. Kontaktperson for eventuelt leige av maskin:

**Driftssjef Per Fedje, Bergen kommune**  
**Nygårdsgaten 114, Bergen**  
**Tlf. 55562486 eller 98001070**  
**E-post: per.fedje@bergen.kommune.no**

Stord kommune brukte firmaet STS krantransport i august 2024. Kontaktperson for eventuelt leige av maskin:

**Dagleg leiar Frode Husebø, STS Krantransport**  
**Jåttåvågen, Stavanger**  
**Tlf 92080030**  
**E-post: [post@stskrantransport.no](mailto:post@stskrantransport.no)**

BEGYNN I GOD TIL Å PLANLEGGJA FINANSIERING AV REHABILITERING AV ANLEGGET!!



## 4 KONTROLLSKJEMA FOR BANEMANNSKAP KUNSTSTOFFDEKKE

Vår/sommar	Dato	Dato	Dato	Dato
Kontrollera oppmerking				
Sjå om det er skader på dekket (ev. tiltak)				
Reinska ev. ugras				
Sjekka sargen				
Kontrollera merkevogn				
Sjekka om det er nok sand i lengde/tresteg-gropene.				
Sjekka lengde- og trstegplankar				
Sjekka høgde- og stavmatter				
Kontrollera høgdestativ og lister				
Kontrollera stavstativ og lister				
Sjekka kastring og sektor				
Montera nett kastbur				
Ettersjå kastreiskapar				
Sjekka at det er nok måleband				
Sjå etter at der er nok spader og river				
Kontrollera anna utstyr på anlegget				
Sjekka startblokkene				
Hekkar og hinder må kontrollerast				
Kontrollera om høgtalaranlegget er i orden				
Kontrollera det elektroniske tidtakarutstyret m/kablar				
Reinska drenskummar				
Halda gummigranulat og/eller organisk materiale borte frå bana.				

<b>Haust</b>	<b>Dato</b>	<b>Dato</b>	<b>Dato</b>	<b>Dato</b>
Ta inn matter				
Demontera nett v/kastbur				
Dekka til lengde-/tresteggroper				
Hekkar/hinder må takast inn				
Høgde-/stavstativ m/lister må takast inn				
Stopplanke v/kulering må takast inn				
Sprøyta eller reinska ugras				
Reinska drenskummar				
Få bort lauv el. anna organisk materiale frå bana				
Få bort ev. gummigranulat frå bana				



## 5 VEDLIKEHALDSPLAN FOR GRUSBANER

Ei grusbane har behov for jamnleg og omfattande vedlikehald for at den skal fungera som ei brukbar friidrettsbane. Dette gjeld tiltak som:

- Harving (traktor med spikerharv) (også ei gammal møkkaharv kan nyttast for å bryta opp ei hard bane)
- Tromling etter harving
- Slodding (traktor med slodd)
- Oppmerking.
- Eventuell vatning (etter behov)
- Ny grus (etter behov)
- Ettersjå/vedlikehald av ev. sarg.
- Reinsking av ev. ugras.

### 5.1 Det er ulike typer grusbaner

- Koksgrus
- Naturgrus tilsett bindestoff (f.eks. matjord)
- Maskingrus 0-4 mm (subbus)
- Knust raud aluskifer (raudstubb)

### 5.2 Krav til grusbaner

- Den skal vera fast, men ikkje hard.
- Vatn skal kunna trengja godt gjennom grusdekket.
- Den skal ha evne til å halda på fuktigheit.
- Den skal støva minst mogeleg i tørt vèr.

### 5.3 Ulemper utan skikkeleg vedlikehald

- Det lagar seg vassdammar.
- Banedekket vert ujamnt.
- Hard/kompakt grus vert som betong.
- Tilgroing av ugras og andre vekster.
- Sargen vert øydelagt (markerer dårleg)
- Tørr grus støvar lett.

**NB:** Raudstubb må vatnast før slodding. Ikkje bruk slange (dyse) som gjev skarp stråle. Dersom raudstubb vert slodda utan å vatnast på førehand, vert aluskiferen knust ned til leire og vert sleip når det regnar og hard som betong når det blir tørrvèr.

Bruk gjerne ei tung slodde (lasta ned med lodd) slik at ein får «snudd» massane. Både løpebanene og halvmånane må tromlast etter kvar slodding.

## 5.4 Kva som må gjerast/vedlikehald/rutinar

**DAGLEG:** Ettersjå lengde/tresteg-groper, høgdematter, stavmatter, kastringar og sektorar. (NB: Sjå etter at det er nok sand i gropene; vaska sand i størrelse 0,2- 2,0 mm med maks 5% finmasse/støv)

**KVAR VEKE:** Kontrollera nett og kastbur for slegge og diskos. Slodda og tromla bana. (Dette kan ev. gjerast annankvar veke, alt etter bruksfrekvens og vør)

**VÅRVEDLIKEHALD:** Når anlegget tørkar etter teleløysing, må ein slodda og tromla, kontrollera og reinska drenskummar, kontrollera lengde/trestegplankar og sanden i gropene. Dersom det er tilløpsmatter i kunststoff, må desse sjekkast. Ein må sjekka ringane for kast og kastbur for slegge og diskos. NB: Kontrollér stopplanken i kuleringen og sjå til at sektoren er rein for ugras m.m. Sjå etter at høgdematter, stavmatter, stativ og lister er i orden. Startblokker og kastreiskap må kontrollrast. Sjå over sarg og reparera ev. skader. (sargen vert ofte skada ved snøbrøyting av fotballbaner) Sjå til at banemerkinga er i orden.

**HAUSTVEDLIKEHALD:** Kontrollera og reinska drenskummar. Ta inn hekkar og hinder. Dekka til lengdegroper. Ta ned sikkerheitsnett for lange kast. (kastbur) Ev. ta inn høgdematter og stavmatter for vinterlagring. (NB: Høgde og stavmatte bør til vanleg liggja på ca. 5cm tjukke metallrister som gjer at vatn renn unna og ein unngår mygl. Det bør også lagast «hus» over mattene (NB: ikkje for små hjul!) Dersom det er rister under og slike «hus», vel enkelte baneigarar å la mattene liggja ute heile året. Sikraste er likevel å ha dei lagra innandørs om vinteren)

## 5.5 Vinterdrift

Grusbanen kan i realiteten nyttast heile året. I perioden då det er teleløysing, bør bana likevel ikkje brukast. Bruk i ein slik periode kan setja djupe spor/groper som kan bli vanskeleg å sloddast bort slik at det blir ei fast og god bane att. Dersom det vert nytta brøyteutstyr på grusbaner, så må skjæret justerast opp.

## 5.6 Ugras/ gras/granulat på grusbane

Ugras må fjernast enten ved sprøyting eller ved lukiing for hand. Ved bruk av kjemikalier må ein passa på at sprøytemiddelet ikkje forureinar nærliggjande vassdrag.

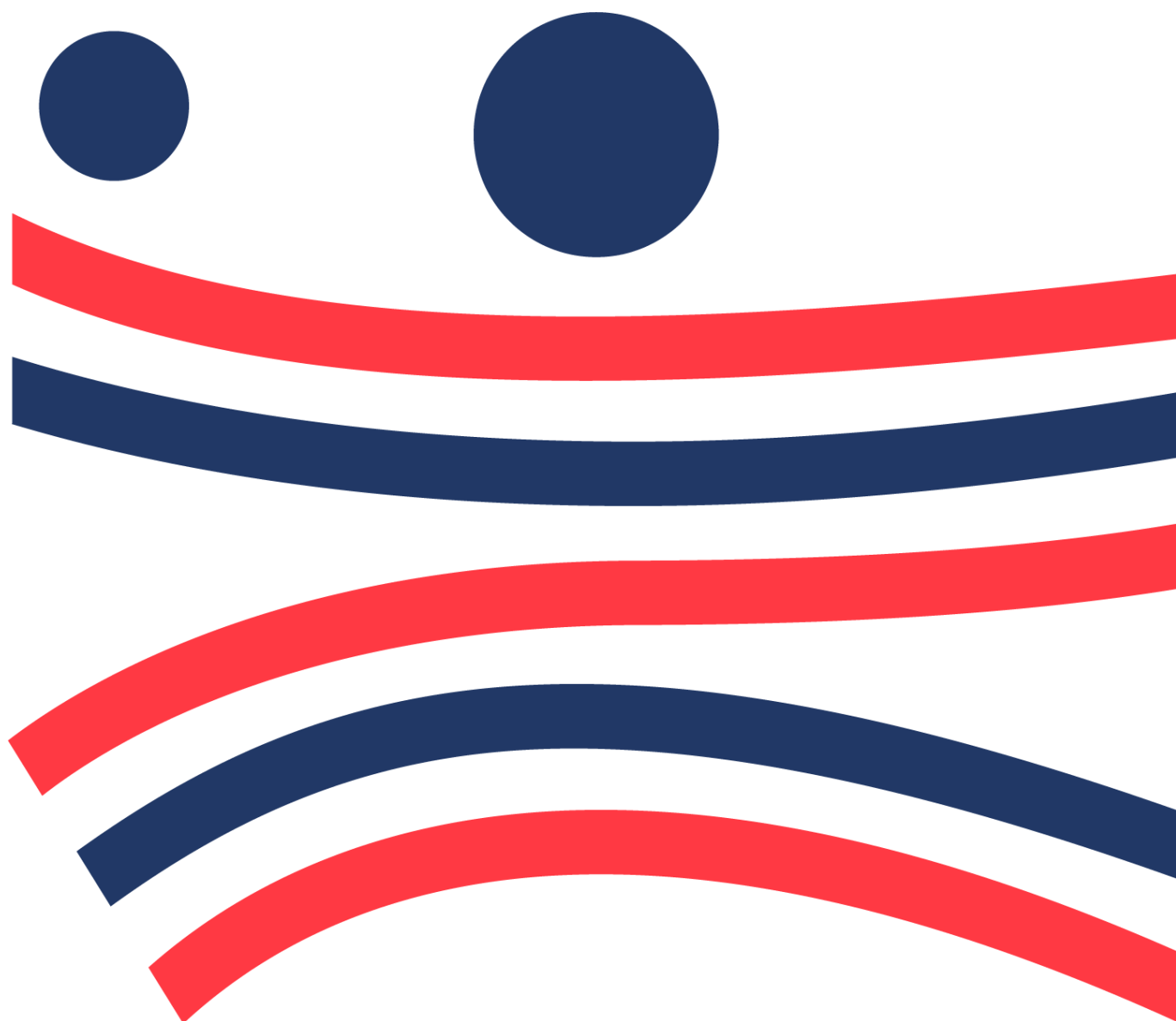
Gummigranulat i løpebana (etter snøbrøyting eller vind) må fjernast ved kosting. (NB: Granulaten må ikkje sloddast ned i sand/grus)

*Kjelde: Idrettsanlegg Drift og vedlikehald, kapittel 4 - Ole Petter Sandvig, NFIF*

## 6 KONTROLLSKJEMA FOR BANEMANNSKAP - GRUSBANER

Vår/sommar	Dato	Dato	Dato	Dato
Tromling				
Oppmerking				
Vatning				
Reinska ugras				
Køyra på grus for å jamna ut vassdammar				
Slodda bana, med det som høyrer til				
Sjekking av sarg				
Merkevogn, kontroll				
Lengdegrop, nok sand?				
Høgdematter				
Stavmatter				
Kasteringar/sektor				
Montering av netting				
Reinska drenskummer				
Lengdeplanke				
Trestegplanke				
Ettersjå kastreiskap				
Høgdestativ/lister				
Stavstativ/lister				
Kunststoff tilløpsmatter lengde/tresteg				
Startblokker				
Hekkar/hinder- vedlikehald				

Haust	Dato	Dato	Dato	Dato
Ta inn matter				
Demontera nett				
Sprøyta /rydda ugras				
Dekka til lengdegroper				
Reinska drenskumme				
Hekkar/hinder – takast inn				



## 7 UTSTYR SOM VERT NYTTA PÅ FRIIDRETTSANLEGG VED KONKURRANSAR

### 7.1 Hekker

For anlegg med 6 løpebaner er det behov for 60 hekker- regulerbare 0,68-1,067m. For anlegg med 8 løpebaner er behovet 80 hekker av same type.

### 7.2 Hinder

Eit anlegg skal ha 4 regulerbare, flyttbare hinder i tillegg til eit fastmontert hinder ved vassgrava.

### 7.3 Høgde/stav

Høgde og stavmadrassar må tilfredsstillast krava til storleik.

Stavstativ må kunna regulerast horisontalt.

Høgde og stavlist skal ha avrunda endestykke med kun ein "anleggsflate"

Det må finnast godkjende målestavar for høgde og stav.

### 7.4 Lengde/tresteg

Eit anlegg må ha godkjende satsplankar, ein for lengde og vanlegvis to for tresteg, (11 og 13 meter frå hoppegropa).

Satsplankane skal vera forma slik at det kan leggjast ned ei list med kitt i planken for markering om eit hopp er gyldig eller ikkje.

Hoppegropene må tilfredsstillast krav til lengde og breidde og vera fylt med sand av ein type som ikkje skadar utøvarane.

I lengdegropa skal det vere sand med kornstorleik 0,2-2mm, med ikkje meire finstoff enn 5%. (For mykje finstoff gjer at gropa blir meir kompakt og tettast seg). Det skal vere vaska og ikkje knust masse. (Knust masse gir skrubbsår). Altså utgangspunktet må vere morenesand eller elvesand. Kravet gjeld både utandørs og innandørs.

### 7.5 Kastøvingar

Eit kastanlegg må ha ein støypt kastring for diskos med diameter 2,50m og ein innleggsring i glasfiber som kan leggjast inn i diskosringen for bruk til sleggekast (diameter på sleggering 2,135 m)

Ring for kulestøyt skal ha diameter på 2,135 m og ha ein stopplanke på 1,20-1,22 m montert på i ytterkant av kast- ringen i kastretninga.

Det skal vere montert sikkerheitsbur rundt slegge/diskos- ringen som tilfredsstillast krav til sikkerheit ved bruk.

Kastsektor skal ha ein breidde på 34,92 grader.

For spydkast skal det vere eit tilløp på min. 30 m og kast-sektoren skal ha ein breidde på 28,96 grader.

Eit friidrettsanlegg må ha desse kastreiskapane:

- Slegge: 2 kg. 3kg. 4 kg. 5 kg. 6 kg. 7,26 kg.
- Diskos: 0,6 kg. 0,75 kg. 1,0 kg. 1,5 kg. 1,75 kg. 2,0 kg.
- Kule: 2,0kg. 3,0 kg. 4,0 kg. 5,0 kg. 6,0 kg. 7,26 kg.
- Spyd: 0,4 kg. 0,5 kg. 0,6 kg. 0,7 kg. 0,8 kg.

I slegge må streng og handtak tilfredsstillende krava om utforming og lengde.

Kulesektoren må kun vere hensiktsmessig for føremålet. Det som blir lagt i sektoren bør valsast godt slik at det vert ein ganske hard og bestandig overflate som gir eit lite nedslagspunkt (hugs at dei lettaste kulene for barn berre er på 2 kg). På toppen av denne overflaten legg ein 1-2cm med laus masse.

## 7.6 Tidtaking

Eit friidrettsanlegg skal ha eit elektronisk tidtakarsystem, men på mindre anlegg (delanlegg) som kun vert nytta til lokale konkurransar kan stoppeklokker nyttast.

## 7.7 Anna utstyr

Det må vera nok av måleband (opptil 100 m), kostar, river og spadar på anlegget.

## 7.8 Løpebana

Løpsdekket må vera tydeleg merka med baneinndeling.

Det må vera merka for start på alle distansar. Plassering av hinder og hekkar skal vera markert på dekket.

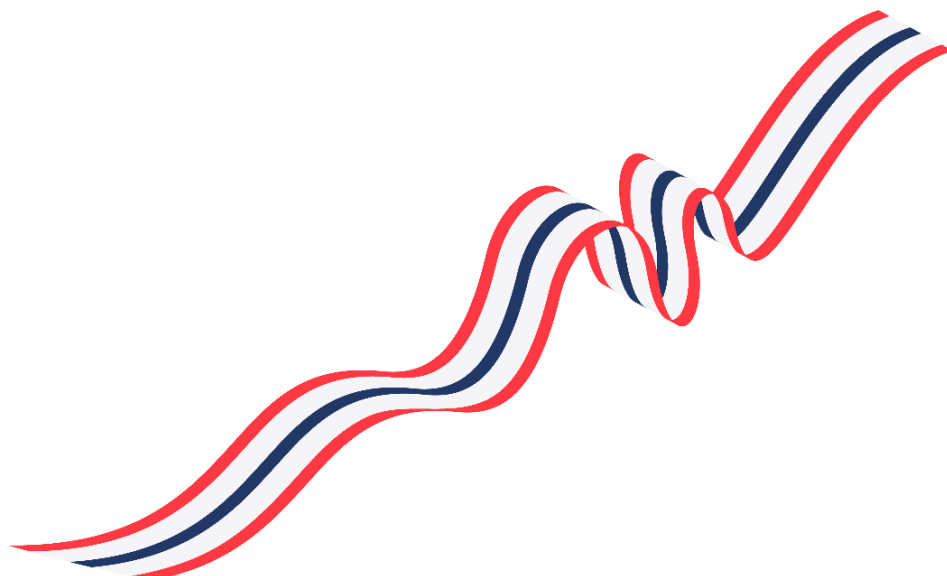
På innsida av innte løpebana skal det vera montert ein sarg (list) som hindrar løparar å springe på innsida av løpebana.

## 7.9 Lydanlegg

Alle baner av ein viss storleik bør ha eit tilfredsstillande høgtalaranlegg.

## 7.10 Lysanlegg

For å kunna utnytta bruken av eit anlegg på kveldstid, må det vera montert eit lysanlegg som tilfredsstillende krava til nok lys på friidrettsanlegget.



## 8 HORDALAND FRIIDRETTSKRETS: Samarbeid mellom friidrettslag og distriktskontaktar i anleggsutvalet

Dersom anleggsutvalet skal kunna utføra arbeidet sitt slik mandatet syner, så krev det samarbeid med friidrettsklubbane, kommunane og idrettsråda.

### 8.1 Distriktskontaktar sitt ansvar

- a. Alle leiarane (styret) i dei friidrettsklubbane som er registrerte i HFIK må informerast (brev eller e-post) om kven som er valt tildistriktsrepresentant for deira område (skal gjerast så raskt som mogeleg etter kvart kretsting).
- b. Alle leiarane (styret) i dei friidrettsklubbane som er registrerte i HFIK skal få orientering om det mandatet som distriktsrepresentantane har, og i kva saker dei kan søkja støtte og hjelp i frå desse. Dei må òg få orientering om at dei kan koma med innspel til anleggsutvalet gjennom distrikts-representantane. Også hovudstyret i idrettslaga, kommunane og Idrettsråda må få tilsendt kopi av distriktsrepresentantane sitt mandat.
- c. Anleggsutvalet (og distriktsrepresentantane) kan i gitte situasjonar/saker søkja råd hos kompetente resurspersonar/organ utanom idretten.
- d. Anleggsutvalet skal vera eit synleg kontaktorgan som kan gje råd når det gjeld drift og vedlikehald av friidrettsanlegg. Utvalet kan òg hjelpa lag og kommunar når vedlikehaldsplanar skal lagast.
- e. Anleggsutvalet vil kunna gje idrettsråda i kommunane hjelp og støtte i arbeidet med utarbeiding/rullering av kommunedelplanar for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet.
- f. Anleggsutvalet vil synleggjera FRIPLASSEN som eit godt og tenleg friidretts- anlegg der det ikkje er høve til eit fullverdig friidrettsanlegg.
- g. Anleggsutvalet vil kunna støtta/hjelpa kommunar og idrettslag som ønskjer å etablera FRIPLASSEN eller andre anlegg som har tilbod om friidrettsøvingar, slik at desse kan bli idrettsfunksjonelt godkjent.
- h. Spesielt for Bergen kommune: Her er det mange lag/klubbar tilhøyrande ein kommune der storparten av friidrettsanlegga er kommunale: Anleggsutvalet vil gjennom regelmessige møte med idrettsavdelinga i kommunen koordinera og prioritera innspel ang reparaasjonar, utbetringar og nyinnkjøp av materiell og utstyr.

...

## 8.2 Klubbane sitt ansvar

- a. Distriktsrepresentanten må bli informert om alle nye anlegg, uansett idrettsgrein (kategori) Det gjeld både uteanlegg og innandørsanlegg (hallar). Berre ved å vera oppdatert vil anleggsutvalet kunna sjå til at friidretten sine behov vert tekne vare på (t.d. nærmiljøanlegg)
- b. Distriktsrepresentanten må også få orientering om rehabilitering av eksisterande anlegg. Berre då kan anleggsutvalet sjå til at friidrettsanlegg ikkje blir redusert/øydelagd.
- c. Distriktsrepresentanten må få orientering om etablering av nye skular. Berre då kan anleggsutvalet kunna påverka etableringa av utearealet til også å ha tilbod om friidrettsaktivitet (t.d. FRIPLASSEN).



## 9 Resolusjon om reell medverknad for friidretten i kommunal saksgang, kommunale idrettsanlegg

Nedanfor fylgjer resolusjon – om ovanfor nemnde sak – vedteken på Kretstinget til Hordaland friidrettskrets 18. mars 2017.

Forklaring til samlegrep som er brukt i dette skrivet og i resolusjonen. Friidretten – frittstående friidrettsklubbar og «allidrettslag»

HFIK	– Hordaland friidrettskrets
ALU	– Anleggsutvalet i Hordalands friidrettskrets NFIF
	– Norges friidrettsforbund
KUD	– Kyrkje og undervisningsdepartementet

### 9.1 Bakgrunnen for resolusjonen:

Våren og summaren 2016 og vinteren 2017 gjennomførde ALU i HFIK synfaringar på alle idrettsanlegg som er registrert i Hordaland i KUD sitt register.

#### På synfaringane kom det fram at:

- a. På ein del anlegg var det gjort bruksendringar/omdisponering av areal på anlegg til fordel for andre idrettar som medføre dårlegare høve/kraftig redusert til å driva med friidrettsaktivitetar.
- b. I planlegging av nye anlegg var friidretten ikkje involvert (endå friidrett burde ha sin naturlege plass på anlegget), utan at friidretten var informert/ teken med på råd.

Dette er situasjonar som friidretten ikkje kan leva med, i tillegg skapar det unødig støy og motsetningar i lag/kommunar.

HFIK vonar at friidretten får sin naturlege plass i bruksendringar og nyetablering av anlegg. Alle som arbeidar med å leggja til rette for gode idrettstilbod, er tent med eit godt og tillitsfullt samarbeid mellom dei ulike partar.

HFIK skal gjere det me kan for å oppnå dette.

## 9.2 Resolusjon om reell medverknad for friidretten i kommunal saksgang vedkomane kommunale idrettsanlegg

Hordaland friidrettskrets (HFIK) vedtok på tinget 18. mars 2017 å senda fylgjande resolusjon til alle kommunar og friidrettslag i Hordaland.

### **Resolusjonen gjeld:**

- a. Bruksendring/omdisponering av areal på eit idrettsanlegg til andre idrettar som forringar tilbodet til friidrettsaktivitetar
- b. Planlegging av nye anlegg der friidrett bør inngå som ein naturleg del av totaltilbodet på eit nytt anlegg

### **HFIK ber om at friidretten må få delta på/få:**

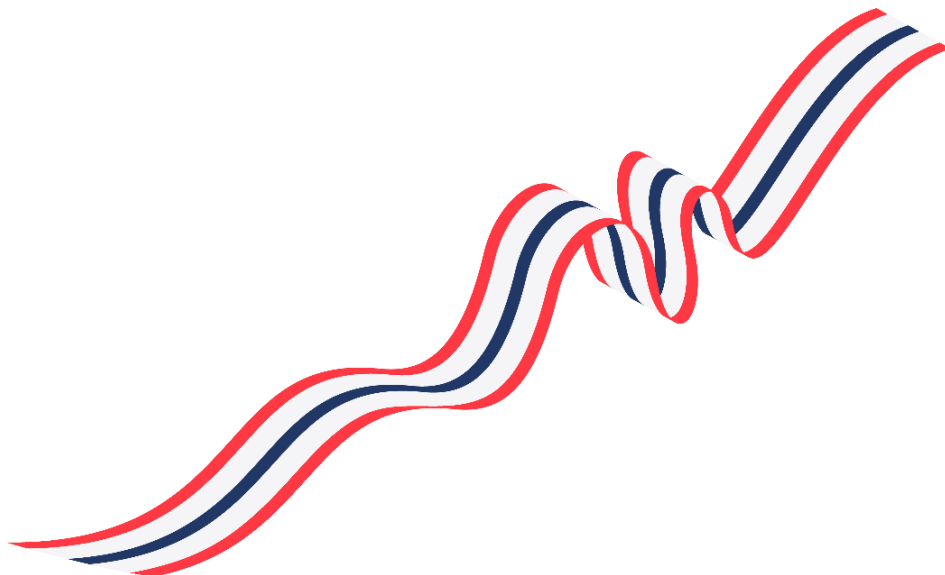
- Informasjonsmøte/drøftingar
- Koma med eventuelle merknadar
- delta i planprosessane som likeverdig partnar (arealfordeling/arealdisponering, type underlag/materialvaletc.)
- få eit medlem i ei eventuell styringsgruppe/plannemd

*Fremma av Anleggsutvalet v/Helge Brekke til kretstinget for HFIK 18. mars 2017*

## 10 Nettløysing fellesanlegg friidrettsbaner/kunstgras fotballbaner.

Desse reglene er utarbeida av HFIK for å ivareta sikkerheiten til friidretts utøvarane ved felles bruk av anlegg friidrett/kunstgrasbaner. Nettets funksjon er for at fotballspelarar eller ballar ikkje skal kollidere/treffe friidretts utøvarar i deira aktivitet. Nett vil også medføre mindre granulat rømming ut på friidrettsbana, som i seg sjølv er ei fare for skli /strek skader på friidretts utøvarane.

- a. Før oppretting av kunstgrasbaner der det er friidretts anlegg eller planleggast anlegg for friidrett i samband med bygging av kunstgras anlegg, må der vurderast oppretting av eige kastfelt for spyd, diskos, vektkast og slegge. I forbindelse med bygging/ombygging av slike anlegg, vil HFIK at friidretts interessene vert med i prosessen frå dag ein.
- b. Nett på langsiden må være minimum 2,5 meter høgt.
- c. Nett bak mål, kortlinje, må være minimum 5 meter høgt. Plasserast 4 meter frå kort linje. Ref. krav om sikring for fotball spel, 4 meter til faste installasjonar. Nett bak mål, 5 – 6 meter høgt monterast permanent.
- d. Opning for transport av brukarar av kunstgras matta skal være ved corner flagg.
- e. Nett plasserast 1 meter frå inste løpebane. Der det er lengde groper på innsida av løpebane, skal nettet være 0,8 meter frå lengde grop
- f. Nett skal under ingen høve plasserast på areal som er friidretten sitt aktivitets område.
- g. Samordne aktivitet med anlegg eigar, Idrettsråd og brukarar.
- h. Henge opp plakat med aktivitets plan og regler for bruk av anlegget.
- i. Der det med rimlegheit ikkje kan opprettast eige kastfelt, leggast det til rette for ein 6 meter brei og 3 meter høg opning i nettet, i den eine kortsida som kan opnast ved trening/konkurransar av liten ball, turbospyd og slengball. Opning lukkast etter bruk.
- j. Ved sesong start, kan der være samarbeidsutfordringar ved samtidig trening fotball/friidrett. Men dette anbefalast løyst ved god kommunikasjon og vekentlege møter ved sesong oppstart.
- k. Ved stevner/arrangement tas nettet ned eller flyttast lenger inn på kunstgrasbane, alt etter behov. Arrangør friidrett/fotball vurderer sjølv behov for nedtaking eller flytting. Den som tar nettet ned, eller flyttar det, har ansvar for at det kjem på plass igjen. Fare for skader på kunststoff dekke friidrettsbane ved flytting, sjå vedlikehaldsplan for kunststoff dekke.
- l. HFIK vil arbeide for nettløysningar på alle baner der det blir etablert felles anlegg Friidrett/kunstgrasbaner.
- m. Kva slags tekniske løysningar som vert vald på dei respektive anlegg, må avtalast mellom brukar og anleggseigar, men løysning må vera innanfor dei krav som er beskrive.







# Norsk Friidrett

Hordaland

Fjøsangerveien 68B

5168 Bergen

Org. Nr. 983 607 543

[www.friidrett.no/kretser/hordaland](http://www.friidrett.no/kretser/hordaland)