

LILLA OLYMPIADEN i friidrott i JÄRVSÖ 22 - 23 september 2018

Tävlingarna börjar lördag kl. 10 och beräknas vara slut söndag senast kl. 18
(vid invigningsceremonin lördag 09.30 önskas medverkan från alla klubbar)

GRUPPER OCH GRENNAR (understrukna går på lördag, övriga på söndag)

- Po. 16/17 100m, 800m, 1500m, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut
Po. 15 80m, 800m, 2000m, 80mh, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, komb.
Po. 14 80m, 800m, 2000m, 80mh, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, komb.
Po. 13 60m, 600m, 1500m, 60mh, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, komb.
Po. 12 60m, 600m, 1500m, 60mh, höjd, längd, tresteg, kula, diskus, spjut, komb.
Po. 11 60m, 600m, 50mh, höjd, längd, tresteg, kula, spjut, komb.
Po. 10 60m, 600m, 50mh, höjd, längd, kula, bollkast, komb.
Po. 9 60m, 600m, 40mh, höjd, längd, kula, bollkast, komb.
- Fl. 16/17 100m, 800m, 1500m, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut
Fl. 15 80m, 800m, 2000m, 80mh, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, komb.
Fl. 14 80m, 800m, 2000m, 80mh, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, komb.
Fl. 13 60m, 600m, 1500m, 60mh, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, komb.
Fl. 12 60m, 600m, 1500m, 60mh, höjd, längd, tresteg, kula, diskus, spjut, komb.
Fl. 11 60m, 600m, 50mh, höjd, längd, tresteg, kula, spjut, komb.
Fl. 10 60m, 600m, 50mh, höjd, längd, kula, bollkast, komb.
Fl. 9 60m, 600m, 40mh, höjd, längd, kula, bollkast, komb.

För **KOMBINATIONSTÄVNINGEN** gäller följande:

Grenarna är: **Kort häck (försökstiderna räknas)**, **höjd och spjut/boll**. Platssiffra räknas bland **alla tävlande** i grenen. Lägsta platssiffersumma vinner. Medaljer som i övriga grenar. **Extrapris** till segrarna. Kombinationstävlingen ger även **föreningspoäng**.

OBSERVERA: Man måste vara anmäld i kombinationstävlingen **senast kl. 10 på Lördag**

ANMÄLNINGAR

Vi vill ha **skriftlig anmälan**, oss tillhanda **SENAST FREDAG 7 SEPTEMBER**.

Adress: Järvsö IF, Vallmov. 17, 820 40 Järvsö, alt. Fax 0651 – 407 10 el. kansli@jarvsoif.se

AVGIFTER

Anmälningsavg. är 75:- pr deltagare och gren. För efteranmälan och grenbyte dubbel avgift
Avgifterna faktureras i efterhand.

REDSKAPSVIKTER, HÄCKHÖJDER O. –AVSTÅND

Kula	Po 16/17 = 5kg / Po 14/15 = 4kg / Po 12/13 = 3kg / P10 o P11 = 2kg / P9 = 1kg Fl 16/17 = 3kg / Fl 14/15 = 3kg / Fl 10, F11, F12 o. F13 = 2kg / F9 = 1kg
Diskus	Po 16/17 = 1,5kg / Po 14/15 + Fl 16/17 = 1 kg / Fl 14/15 = 0,75kg / Övriga = 6hg
Slägga	Po 16/17 = 5kg / Po 14/15 = 4kg / Fl 12/13 = 2kg / Övriga = 3kg
Spjut	Po 16/17 = 700g / Po 14/15 = 600g / Fl 16/17 + Fl 14/15 = 500g / Övriga = 400g
Liten boll	Alla grupper = 300g

I längd, tresteg och alla kast gäller **fyra försök** för samtliga deltagare

Banbredd i alla häcklopp = 90 cm. Häckarna ej godkända för statistik/rekord:

40m häck	Höjd 55 cm, Avstånd 6m, Första häcken 11m, 5 häckar
50m häck	Höjd 60 cm, Avstånd 6,5m, Första häcken 11m, 5 häckar
60m häck	Höjd Po 76 cm / Fl 68 cm, Avstånd 7,65m, Första häcken 11,75m, 6 häckar
80m häck Po	Höjd 84 cm, Avstånd 8.5m, Första häcken 13m, 8 häckar
80m häck Fl	Höjd 76 cm, Avstånd 8m, Första häcken 12m, 8 häckar

PRISER

Medaljerna som använts sedan starten 1955 tilldelas de tre främsta i varje gren.

Placeringarna 4-6 samt vinnarna i B-finaler tilldelas **minnespris**

Segrarna i **kombinationstävlingen** ett **extrapris** förutom guldmedaljen.

Rekordpris till den som vinner sin gren med **nytt rekord**

Ett stort antal **priser utlottas** bland deltagarna

”Årets Lilla OS-profil” utses i varje klubb som haft minst fem deltagare. Klubbens ledare utser som mottagare av ett speciellt pris **den som varit mycket betydelsefull för stämningen och andan i laget** men kanske inte lyckats erövra pallplatser

LAGPRIS

I varje gren erhåller klubbarna poäng 6, 5, 4, 3, 2, 1 för de sex första placeringarna

De **tre klubbar** som samlar mest poäng erhåller **var sin pokal och vinnande klubb ett**

presentkort på 3000:- Även ett **presentkort på 1000:-** till **Bästa Hälsingeklubb**

Presentkort 3000:-, 2000:-, 1000:- utlottas bland **alla klubbar** med **minst fem deltagare**

ÖVRIG INFORMATION

- Det är tillåtet att tävla i **närmast äldre grupp i en gren som EJ finns i egna gruppen**. Bollkast och Spjut räknas som samma gren
- Eftersom bollkast ses som inskolning till spjut gäller endast kast över axeln
- På löparbanorna ligger röd stybb. På hoppbanorna och spjut ligger gummimattor, vilket innebär **valfri spik överallt**.
- **Vindmätning** i löpningar samt i längd/tresteg hoppbana I = i princip 13 – 17 år
- **LOGI** bokas bäst genom Turistbyrå 0651 – 403 06 (stugor, gruppboende, hotell)
- **MAT** erbjuds på sedvanliga näringsställen, men ett stort utbud av t.ex. matig sallad, hamburgare, korv, smörgås, kaffe, frukt och godis säljs i vår kiosk.
- **UPPLYSNINGAR** Bo Holmstrand 070 395 84 69 bo.holmstrand@gmail.com el. vårt kansli 0651 – 407 10 kansli@jarvsoif.se

VÄLKOMMEN TILL LILLA OLYMPIADEN 2018

Järvsö IF