

# TÄVLINGSINBJUDAN

(uppdaterad 2017-03-01, ver.2)



**Östersunds GIF Friidrott bjuder in till**

**INLM (15 år och äldre) och  
RM 13-14 år Norrland i friidrott inomhus 25-26 mars 2017  
i Jämtkrafthallen, Ås**

---

**TÄVLINGSPLATS:**

Jämtkrafthallen, Ås den 25-26 mars 2017.

**FÖRSTA START:**

Lördag 10.00, Söndag 09.00

## GRENPROGRAM:

Maximalt 6 aktiva per distrikt i varje gren. Deltagare i RM PF13 – PF14 år äger rätt att starta i 6 grenar dock ej mer än 3 grenar per dag.

<b>Lördag:</b> Starttid 10.00	<b>Söndag:</b> Starttid 09.00
P/F13: 60 m, 800, höjd, kula	P/F13: 200 m, 60 m h, längd, stav
P/F14: 60 m, 1000, höjd, kula	P/F14: 200 m, 60 m h, längd, stav
P/F15: 60 m, 1000, höjd, kula, stav	P/F15: 200 m, 60 m h, längd
P/F17: 60 m, 1500, längd, höjd, kula, stav	P/F17: 400 m, 60 m h, tresteg
P19: Kula	P19: 60 m h
M/K: 60 m, 800 m, längd, höjd, kula, stav	M/K: 400 m, 3000 m, 60 m h, tresteg
	P/F13+P/F14: 8 x 200 m stafett
	P/F15+P/F17: 8 x 200 m stafett

Not: Löpning över 200m och längre genomförs som seedade direktfinaler med en samlad resultatlista.

Distrikt får anmäla valfritt antal stafettlag. Stafettlagen ska bestå av två löpare från respektive tävlingsklass: F13, F14, P13 och P14 samt F15, F17, P15 och P17. Flera lag från samma distrikt kan delta.

## LAGTÄVLINGEN

RM 13-14 år och NLM 15-17 år är inte bara en individuell tävling utan också en viktig distriktslagstävling som vill sporra så många som möjligt att delta, prova nya grenar, träffa kompisar från andra föreningar och distrikt och vara med i världens roligaste idrott - Friidrott. Alla i ditt distrikt behövs!

Poängberäkningen börjar med 10 poäng för segraren (oavsett antal deltagande distrikt) och ned till 1 poäng. (10, 9, 8, o.s.v.). Om man exempelvis sprungit försök och kvalificerat sig till final och inte startar där får man ingen poäng även om försöksinsatsen räcker till topp 10.

I stafetten får endast ett lag/distrikt poäng. 10 poäng för segraren och ned till 1 poäng. (10, 9, 8, o.s.v.)

Arrangören (ÖGIF Friidrott) ansvarar för poängberäkningen i respektive lagtävling:

- 1) Distriktslag 13-14 år
- 2) Distriktslag 15-17 år

## AVGIFTER, BOENDE o MAT för tävlande i RM 13-14 år NORRLAND

För deltagande i RM 13-14 år gäller att **respektive distrikt** utser sina deltagare. Deltagaravgiften för RM 13-14 år är fastställd till **500 kr** per deltagare inkl startavgifter. För RM 13-14 år ingår boende på hårt underlag, kvällsfika fredag, frukost lör o sön, lunchpaket lör o sön, middag lördag kväll samt startavgifter. Boende och all matförtäring sker på skolan.

Avgiften för medföljande ledare är **400 kr**.

Specialkost måste anmälas samtidigt som övrig anmälan. Observera att deltagare i RM 13-14 år äger rätt att starta i 6 grenar dock ej mer än 3 grenar per dag.

## BOENDEALTERNATIV och MAT för tävlande i INLM (Norrländsmästerskapen)

Tävlande i Norrländsmästerskapen (15 åringar upp till seniorer) kan om de så önskar bo och äta på skolan till en kostnad av **400 kr**. Här ingår dock inte startavgifter.

I övrigt kan vi rekommendera följande boendialternativ:

**Scandic Östersund Syd:** Krongikesvägen 97, Östersund, 063-685 86 00  
Enkelrum: 750 kr/natt  
Dubbelrum: 850 kr/natt  
Trippelrum: 1.050 kr/natt  
Fyrbäddsrum: 1.250 kr/natt

I priset ingår frukost, ange: "Norrländska mästerskapen" vid bokning.

## STARTAVGIFTER INLM

Seniorer: 90 SEK per gren efteranmälan 180 SEK per gren  
15 / 17 år: 70 SEK för gren efteranmälan 140 SEK per gren  
13-14 år: efteranmälan 100 SEK för gren

Notera: Efteranmälan avser tillägg av deltagare eller gren. Deltagare som redan är anmäld 13-17 år kan byta gren utan extra avgift om det görs före första tävlingsdagen (fredag 24 mars).

**ÖGIF Friidrott fakturerar ev. efteranmälningar.**

## FÖRSÄLJNING

Kioskförsäljning finns i Jämtkrafthallen i form av enklare förtäring.

### **MEDALJER och PRISER**

Medaljer till de tre första i INLM och RM 13-14 år. För RM 13-14 år gäller också att respektive lag rekvirerar deltagarmedalj till de som inte erövrat någon medalj i enskild gren.

Pokal delas ut till segrande distriktslag i respektive lagtävling i 13-14 år och 15-17 år.

### **PM / TIDSPROGRAM**

PM och tidsprogram publiceras på <http://ogif.com/friidrott>

PM:et kommer att finnas tillgängligt senast fredag 17 mars. Tidsprogrammet publiceras senast måndag 20 mars. Såväl PM som tidsprogram mailas även ut till deltagande distrikt.

### **ANMÄLAN**

Skall ske senast onsdagen den 15 mars, kl. 16.00, via mail till: [kansli@ogif.com](mailto:kansli@ogif.com)

**OBS! Anmälningsavgifter faktureras av ÖGIF Friidrott.**

Anmälan ska innehålla:

- Aktuell gren/ar, namn, födelseår, förening och årsbästa. Den aktive medger i och med anmälan publicering av namn, resultat och eventuella tävlingsbilder på Internet.
- om ni ska bo på skolan och hur många personer som ska övernatta.
- information om ni önskar specialkost.

### **FRÅGOR / INFORMATION**

ÖGIFs kansli: 063-57 05 30, [kansli@ogif.com](mailto:kansli@ogif.com)

Besök även Östersunds GIF:s hemsida: <http://ogif.com/friidrott>

## **VÄLKOMNA till Ås och Jämtland!**

**Vi reserverar oss för eventuella justeringar, utifrån ändrade sakförhållanden!**