

LILLA OLYMPIADEN i friidrott i JÄRVSÖ 17 - 18 september 2022

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 GRENAR

understrukna går på lördag, övriga på söndag

Po. 16/17 100m, 800m, 1500m, höjd, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, komb
Po. 15 80m, 800m, 1500m, höjd, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, komb.
Po. 14 80m, 800m, 1500m, höjd, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, komb.
Po. 13 60m, 800m, 1500m, höjd, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, komb.
Po. 12 60m, 800m, 1500m, höjd, längd, tresteg, kula, diskus, spjut, komb.
Po. 11 60m, 800m, höjd, längd, tresteg, kula, spjut, komb.
Po. 10 60m, 800m, höjd, längd, kula, bollkast, komb.
Po. 9 60m, 800m, höjd, längd, kula, bollkast, komb.

Fl. 16/17 100m, 800m, 1500m, höjd, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, komb
Fl. 15 80m, 800m, 1500m, höjd, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, komb.
Fl. 14 80m, 800m, 1500m, höjd, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, komb.
Fl. 13 60m, 800m, 1500m, höjd, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, komb.
Fl. 12 60m, 800m, 1500m, höjd, längd, tresteg, kula, diskus, spjut, komb.
Fl. 11 60m, 800m, höjd, längd, tresteg, kula, spjut, komb.
Fl. 10 60m, 800m, höjd, längd, kula, bollkast, komb.
Fl. 9 60m, 800m, höjd, längd, kula, bollkast, komb.

OBS!! kort häck borttagen för att få ett luftigare tidsprogram, 800 och 1500m kommer att delas upp i heat om det behövs för att minska trängsel inga semifinaler eller finaler, tiderna gäller.

För **KOMBINATIONSTÄVLINGEN** gäller följande
Grenarna är: **Sprint (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

easyrecord.se senast 2022-09-09

AVGIFTER

Anmälningsavgift är 80:- per 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 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

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**

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 Turistbyrån jarvso.se 0651 – 403 06
- **MAT** erbjuds på sedvanliga näringsställen, men ett stort utbud av t.ex. soppa, sallad, kebab, hamburgare, korv, smörgås, kaffe, frukt och godis säljs i vår kiosk.
- **UPPLYSNINGAR** Mats Andersson mats@ilt.nu 070 653 98 23, Kristian Ivarsson kristone@hotmail.com 070 691 85 47 eller Bo Holmstrand bo.holmstrand@gmail.com 070 395 84 69

VÄLKOMMEN TILL LILLA OLYMPIADEN 2022

Järvsö IF