

IUDM/IJDM/IDM/IVDM UPPLAND

26-27 JANUARI, 2019

Upplands Friidrottsförbund hälsar uppländska ungdomar, juniorer, seniorer och veteraner hjärtligt välkomna till IFU Arena för IUDM/IJDM/IDM/IVDM-tävlingar. Junior, senior och veteranklasserna är öppna för tävlande även utanför Uppland, dock delas endast DM medaljer ut till upplänningar, inga andra priser. Ungdomsklasser endast Uppland.



Datum: lördag 26/1 och söndag 27/1. Första start ca 9.30 båda dagarna.

Plats: IFU Arena, Uppsala

Klasser och grenprogram:

	LÖRDAG	SÖNDAG
P 11 (08)	5-kamp (60m, höjd, längd, kula, 600m)	
F 11 (08)		5-kamp (60m, höjd, längd, kula, 600m)
P/F 12 (07)	60m, 800m, stav, längd	200m, 60mh, höjd, tresteg, kula
P/F 13 (06)	60m, 800m, stav, längd	200m, 60mh, höjd, tresteg, kula
P/F 15 (04-05)	60m, 1000m, höjd, tresteg, kula	200m, 60mh, stav, längd, vikt
P/F 17 (02-03)	60m, 1500m, höjd, tresteg, kula	400m, 60mh, stav, längd, vikt
P/F 19 (00-01)	60m, 1500m, höjd, tresteg, kula	400m, 60mh, stav, längd, vikt
MS/KS	60m, 400m, 1500m, höjd, tresteg, kula	200m, 800m, 3000m, 60mh, stav, längd, vikt
MVet/KVet	60m, 400m, 1500m, höjd, tresteg, kula	200m, 800m, 3000m, 60mh, stav, längd, vikt

P/F11 deltar i en mångkamp, dvs ej DM, där vi delar ut medaljer till alla. 3 försök i längd och kula och endast tider på 60m och 600m.

OBS åldersbundna klasser förutom i seniorklasserna. I 5-kampen deltar enbart barn födda 2008, yngre aktiva är välkomna kommande år.

Anmälan: Senast 18/1 via www.friidrottsanmalan.se

Anmälningsavgift: 60kr för mångkampen P/F11, 40kr/grenstart för P/F13-19, 60kr/grenstart för seniorer och veteraner. Faktureras av UFIF till resp. klubb i efterhand.

Efteranmälan: I mån av plats mot dubbel avgift senast en timme innan grenstart och endast i grenar och klasser där anmälda redan finns. Vid stort antal deltagare el. fulla heat kan efteranmälan stängas.

Lunch: Lunch och fika kan köpas på IFU Arena som erbjuder dagens rätt mm.

Frågor: Kan ställas till Silke Tindreback, Upplands Friidrottsförbund, silke.tindreback@sweco.se

Tidsprogram och PM kommer att finnas tillgängligt på Upplands Friidrottsförbunds hemsida (www.upplandsfriidrott.se) i början av vecka 4.



Varmt välkomna till IFU Arena på fullspäckade DM-tävlingar!



DM är ett samarrangemang, dvs samtliga uppländska klubbar hjälps åt att genomföra tävlingarna genom att ansvara för stationer enligt nedan:

Fetstilt = ansvarig klubb

Tävlingsledning: UFIF

Sekretariat & tidtagning: **Uppsala IF** + UFIF

Löpningar inkl starters: **Uppsala IF** + Uppsala LK, Roslagens LK & Mantra Sport

Höjd 1: **IFK Märsta**

Höjd 2: **Bålsta IK**

Stav: **Östhammars FI**

Längd/Tresteg 1: **Alunda SK**

Längd/Tresteg 2: **Rånäs 4H**

Kula/Vikt: **Enköpings AI** + Tierps IF

Funktionärspool: Samtliga övriga uppländska klubbar med anmälda deltagare, minst 1 funktionär/klubb och dag.

Klubbarna bemannar respektive gren och tar det fulla ansvaret för grenen, från förberedelse/framplockning över genomförandet till undanplockning. Varje gren bemannas med en grenledare, en sekreterare samt med övriga funktionärer i grenen. Hur ansvar och uppdelning fördelas är upp till respektive klubb att lösa internt.

Alla klubbar ska mail huvudansvarigs namn och telefonnummer (lö resp sö) senast 19/1 till silke.tindreback@sweco.se.

OBS! Gäller även klubbar i funktionärspoolen.