

TÄVLINGSPROGRAM UTOMHUS 2020 FÖR VÄSTERBOTTEN

C = centralt sanktionerad tävling av Svenska Friidrottsförbundet eller IAAF

D = distriktssanktionerad tävling

GP = tävlingen ingår i Västerbottningsens Grand Prix i långlöpning

* = tävling i Västerbotten

? = preliminärt datum

Regler för GP. För varje GP-tävling delas poäng ut för de 10 bäst placerade kvinnorna och männen med relevant klubbtilhörighet och poängen räknas sedan ihop som summan av de 4 bästa vår GP-tävlingarna och 4 bästa höst GP-tävlingarna för varje individ. Gränsen mellan vår och hösttävlingarna är markerad i programmet nedan. Dessutom finns möjlighet att utöver dessa poäng få maximalt 3p extra om man deltagit i en arenatävling, en terrängtävling och en av de specialutvalda inlandstävlingarna (markerad "inland" i programmet nedan). Varje kategori ger en extra poäng. Segrarna bland männen och kvinnorna får en GP-pokal och diplom och de som placerats sig som 1-3 får alla träningsbidrag. Dessutom finns ytterligare träningsbidrag som lottas ut bland övriga, men då är kravet att man ska ha deltagit i minst 8 GP-tävlingar (4 vår + 4 höst) och att alla tre specialkategorier ska vara uppfyllda (arena, terräng och inland). P.g.a av coronaviruset har reglerna för GP tillfälligt ändrats så att i år räknas de 6 bästa tävlingarna in och det finns inte någon uppdelning i vår- och höstsäsong. Ingen av deltävlingarna ingår i kategori inland så denna kategori är inte med i år.

Poängräkning: Placering 1-10 erhåller 10p, 9p, 8p osv. För att kunna erhålla poäng måste man vara med i en klubb registrerad i Svenska friidrottsförbundet.

EFTERSOM SÅ MÅNGA TÄVLINGAR ÄR INSTÄLLDA OCH JAG INTE KAN VARA SÄKER PÅ VILKA AV DEM SOM KÖR HAR JAG ISTÄLLET GJORT SÅ ATT JAG GULMÄRKER DE SOM ÄR SÄKRA.

Mars

- 21-22 C Europacupen kast, Leira, POR
- 29 C VM halvmarathon, Gdynia, POL

April

- 2-5 C VEM Non-Stadia, Funchal, POR
- *14 D Broarna runt 1, Skellefteå AIK/Skellefteå
- *21 D Broarna runt 2, Skellefteå AIK/Skellefteå
- *22 D Brorundan 1, IFK Umeå/Umeå
- *28 D Broarna runt 3, Skellefteå AIK/Skellefteå
- *29 D Brorundan 2, Jalles TC/Umeå

Maj

- (*2 D Umeå halvmarathon, IF Umeå Långdistans /Umeå, fd GP INSTÄLLT)
- *? D Vårdagsloppet (upp till 3k) Bjurholms IF/Bjurholm
- *2 D Umekastet 1, Umedalens IF/IFK Umeå/Umeå
- *5 D Broarna runt 4, Skellefteå AIK/Skellefteå
- *6 D Norsjö runt 1, Norsjö IF/Norsjö
- *6 D Brorundan 3, Stöcke TS Järnet/Umeå
- *9 D Umekastet 2, Umedalens IF & IFK Umeå/Umeå
Gamliaterrängen preliminärt flyttad till 30/8
- *12 D Broarna runt 5, Skellefteå AIK/Skellefteå
- *13 D Norsjö runt 2, Norsjö IF/Norsjö
- *13 D Brorundan 4, Röbbäcks SK/Umeå
- *16 D Umekastet 3, Umedalens IF/IFK Umeå/Umeå
- *16 D Veckans grenar 1, IFK Umeå/Umeå P/F13-P/F18
- 16 C SM Halvmarathon-Göteborgsvarvet, Göteborgs FIF/Göteborg
- 16-17 Sollefteåspelen, Sollefteå GIF/Sollefteå
- *19 D Broarna runt 6, Skellefteå AIK/Skellefteå

- (*19 C Blodomloppet Umeå, Korpför. Västerbottens veteraner/Umeå INSTÄLLT)
- *20 D Norsjö runt 3, Norsjö IF/Norsjö
- *? D Björnloppet, Dorotea IF/Dorotea
- *23 D Umåker Trail 15 km. Umåker Trail Alt. Team (UTAT)/Umeå
- (*24 D Kasttävling 1, Skellefteå AIK/Skellefteå INSTÄLLT)
- *24 D Kraftmätningen kval (i år endast lokalt), Skellefteå AIK/Skellefteå (F/P15)
- *26 D Broarna runt 7, Skellefteå AIK/Skellefteå
- (*27 D Campusspelen 1, Umedalens IF/Umeå F/P9-17 (S) INSTÄLLT)
- *27 D Norsjö runt 4, Norsjö IF/Norsjö
- *27 D Lycksele Golden Mile (1609 m) Lycksele LK/Lycksele
- *? D Drängsmarksterrängen 1, Kågedalens SK
- *30 D Umekastet 4, Umedalens IF/IFK Umeå/Umeå
- *30 D Veckans grenar 2, IFK Umeå/Umeå P/F13-P/F18
- 30 C SM Marathon, Hässelby SK, Spårvägens FK/Stockholm
- 30-31 C SM-JSM-USM-VSM Stafett, Göteborg/S
- *30-31 D MångCampus, Umedalens IF/Umeå (F15, F17, K)

Juni

- *? D Ungdomsmångkamp Skellefteå AIK/Skellefteå
- *2 Vår Ruset Umeå, Umeå Basketbollklubb/Umeå
- *3 D Norsjö runt 5, Norsjö IF/Norsjö
- *? D Drängsmarksterrängen 2, Kågedalens SK
- 5-6 High Coast Ultra
- 5-7 SAYO Turebergs FK/Sollentuna
- 6 D Europacupen 10000 m, London, GBR
- (*6 D Stensele runt, Stensele SK/Stensele, fd GP INSTÄLLT)
- *6 D Veckans grenar 3, IFK Umeå/Umeå P/F13-P/F18
- *6 D Nasaklivet terräng, Hedträsk/Klockträsk/Östra Stavträsk Samlingshusförening
- *6 D Nationaldagsloppet (barnlopp) Norsjö IF/Norsjö
- *? D Avloppet Dorotea IF/Dorotea
- *10 D Norsjö runt 6, Norsjö IF/Norsjö
- 11 C SM-JSM-VSM 10 km Hässelby SK-Spårvägens SK/ Stockholm
- (*13 D Björkspelen SDM/VDM 1, IFK Umeå/Umeå INST. DM utspritt på PRK)
- *13 D Kasttävling 2, Skellefteå AIK/Skellefteå
- *13 D Norrbyskär Trail TTGU IF (9 och 15 km)
- (*13 D Skellefteloppet, Skellefteå AIK/Skellefteå, Kvarts- o halvmaraton fd GP INSTÄLLT)
- 13-14 C EST-FIN-SWE Mångkamp Sejnäjoki, FIN
- 13-14 C JNM-UNM mångkamp, Sejnäjoki, FIN
- *14 D 10000m Lycksele LK/Lycksele GP1 (arena)
- *? D Drängsmarksterrängen 3, Kågedalens SK
- *16 D PRK1, Skellefteå AIK/Skellefteå
- *17 D Terrängserien 1, Lycksele LK/Lycksele
- *18 D PRK1 (inkl. Veckans grenar), IFK Umeå/Umeå
- *18 D Löparnas kväll-Umeå 3000m, IFK Umeå/Umeå
- *? D Drängsmarksterrängen 4, Kågedalens SK
- (*22 D Löparnas kväll-Lycksele 3000m, Lycksele LK/Lycksele INSTÄLLT)
- *23 D PRK2 IFK Umeå/Umeå
- *24 D Terrängserien 2, Lycksele LK/Lycksele GP2 (terräng)
- 24 C Lag-SM final, ????
- *? D Drängsmarksterrängen 5, Kågedalens SK
- 27 C VSM femkamp IK, Västerås FK/Västerås
- *27 D Adak Trail, Adak SK/Adak
- *27 D Lövångerloppet, LUAIK/Lövånger

Juli

- *1 D Terrängserien 3, Lycksele LK/Lycksele
- *2 D PRK3 IFK Umeå/Umeå
- *? D Drängsmarksterrängen 6, Kågedalens SK
- *? D Dalasjörundan, Dalasjö IK terräng 9k, 5k (barn 3k)

- 3-5 C Veteran-NM, Lohja, FIN
 *4 D Nasaklivet terräng, Hedträsk/Klockträsk/Östra Stavträsk Samlingshusförening
 (*4 D Gardfjällslunken 17 km Forsmarks IF-Dikanäs IF/Forsmark INSTÄLLT)
 *7 D Ammarnäs Ultra Trail, Ammarnäs IF/Ammarnäs (43 km, 18 km)
 7-12 C U20-VM Nairobi, KEN
 *7 D PRK2 Skellefteå AIK/Skellefteå GP3 3000m (arena)
 *? D Drängsmarksterrängen 7, Kågedalens SK
 *11 D Lyckanterrängen 17 km (GP-distans)/6 km Lycksele LK/Lycksele GP4 (terräng)
 (*11 D Viskaterrängen, Fredrika IK/Fredrika, fd GP (15 km inland-terr INSTÄLLT)
 11 C VSM Marathon, Team Blekinge/Kristianopel
 *12 D Löparnas kväll 5000 m IFK Umeå/Umeå
 16-19 C U18-EM, Rieti, ITA
 *? D Drängsmarksterrängen 8, Kågedalens SK
 *18 D Kastävling 3, Skellefteå AIK/Skellefteå
 *18 D PRK4 IFK Umeå/Umeå
 (*18 D Örträksjön runt, Örträsk SK/Örträsk, fd GP (inland) INSTÄLLT)
 (*19 D Orrböle runt, Nyåkers IK/Orrböle, fd GP (inland) INSTÄLLT)
-
- 20-1 C Veteran-VM Stadia, Toronto, CAN
 *21 D Sommarmilen IFK Umeå/Umeå GP5
 *? D Drängsmarksterrängen 9, Kågedalens SK
 *? D Renbergsvattnet runt, Renbergsvattnets IF/Renbergsvattnet
 *25 C Skelleftespelen SDM/VDM 2, UDM 1, Skellefteå AIK/Skellefteå, GP6 5000m
 (arena)
 *4? D Drängsmarksterrängen 10, Kågedalens SK
 *30 D PRK5 IFK Umeå/Umeå
 (31-9 OS Tokyo, JPN INSTÄLLT)

Augusti

- 1 C Höga kusten marathon, Nordingrå
 *1 D Stavhoppstävling, Skellefteå AIK/Skellefteå
 *1 D PRK6 IFK Umeå/Umeå
 1-2 C SM-JSM-USM mångkamp, Ljungby FIK/Ljungby
 1-2 C Nordisk-baltiska 22-årsmästerskapen, ? DEN
 *4 D Skärgårdsloppet, IFK Umeå/Holmsund GP7
 *? D Drängsmarksterrängen 11, Kågedalens SK
 *? D MSS-Marsliden Seven Summits (terräng 20k, 40k). MMS/Marsliden
 (*8 D Stöcksjön runt 10 km, Stöcksjö IS/Stöcksjö, fd GP INSTÄLLT)
 8-9 C Nordiska juniorkampen, Söderhamns IF/Söderhamn
 9 C Lag-USM, Tanums IF/Tanums hede
 *10 D Löparnas kväll-Umeå 5000m, IFK Umeå/Umeå
 *10 D Löparnas kväll-Lycksele 5000m Lycksele LK/Lycksele
 *10 D Umedalens terrängserie 1, Umedalens IF/Umeå (utan tidtagning) (INSTÄLLT)
 *10 D PRK7 IFK Umeå/Umeå
 *11 D PRK3 Skellefteå AIK/Skellefteå
 *12 D Terrängserien 4, Lycksele LK/Lycksele
 *12 D Norsjö runt 7, Norsjö IF/Norsjö
 14-16 C Friidrotts-SM, Uppsala IF/Uppsala
 (*15 C Taveljö Halvmarathon, Taveljö AIK/Taveljö, fd GP)
 *15 D Tannentyrannen, Lycksele LK/Lycksele GP8
 *15 D Ståvtävling IFK Umeå/Umeå
 *16 D Lilla Campusspelen, Umedalens IF/Umeå F/P9-11 (utan resultatlista)
 (*17 D Umedalens terrängserie 2, Umedalens IF/Umeå (utan tidtagning) INSTÄLLT)
 *19 D Norsjö runt 8, Norsjö IF/Norsjö
 *19 D Terrängserien 5, Lycksele LK/Lycksele
 *19 D Campusspelen 2, Umedalens IF/Umeå F/P13-17 (S)
 (*19 D Röbbäcksneget, Röbbäcks SK/Röbbäck, fdGP (terräng) INSTÄLLT)
 21-23 C VSM Turebergs FK/Sollentuna
 *? D Latikbergsloppet 4k, 10k (+barnklass) Latikberg IK

- 21-23 C VSM Turebergs FK/Sollentuna
 21-23 C JSM-USM17 Linköpings GIF/Linköping
 (*22 D Hörneforsrundan, Hörnefors IF, fd GP INSTÄLLT)
 *22 D Fjällvindenterrängen & Tough kidz, Tärna IK/Laisaliden-Hemavan
 22 Ultravasan 45k, 90k (Sälen-Mora)
 (*24 D Umedalens terrängserie 3, Umedalens IF/Umeå (utan tidtagning) INSTÄLLT)
 *25 D PRK8 IFK Umeå/Umeå
 *25 D Löparnas kväll 3000 m hinder, IFK Umeå/Umeå
 *26 D Terrängserien 6 final, Lycksele LK/Lycksele GP9 SDM-VDM
 *26 D Norsjö runt 7, Norsjö IF/Norsjö
 *26 D Stafesten för UNICEF, Umeå OK/Umeå
 (26-30 C Friidrotts-EM, Paris, FRA INSTÄLLT)
 28-30 C USM15-16 Tjalve IF Norrköping/Norrköping
 (*29 D Kraftloppet, Bergsbyns SK/Skellefteå, fdGP (terräng) INSTÄLLT)
 *29 D Castorama Skellefteå 1, Skellefteå AIK/Skellefteå
 (*30 D Gamliat. (långa DM 8 km), SDM/VDM, Jalles TC/Umeå, fdGP (terr.) INSTÄLLT)
 (*31 D Lilla Umedalsterrängen, Umedalens IF/Umeå (utan tidtagning) INSTÄLLT)

September

- 5-6 C SWE-FIN, Tampere, FIN
 5-6 C SWE-FIN 17 år, Tampere, FIN
 (5-6 C Norrlandsmästerskapen, Luleå FI, P/F13-S INSTÄLLT)
 *5 C Umemilen, IFK Umeå/Umeå, GP10
 *6 D Castorama Umeå 1 IFK Umeå/Umeå
 (*6 C Lilla Umemilen, IFK Umeå/Umeå INSTÄLLT)
 *? D Utmaningen "Över Vitbergets myrmark", Skellefteå AIK/Skellefteå
 *10 D Löparnas kväll-Umeå 10000 m, IFK Umeå/Umeå
 *10 D Löparnas kväll-Lycksele 1 timme (distansen mäts), Lycksele LK/Lycksele
 (*12 D Umeå Trail, Täfteå IK/Umeå INSTÄLLT)
 *12 D Castorama Skellefteå 2, Skellefteå AIK/Skellefteå
 12 C VSM halvmarathon, IFK Nora/Nora
 *13 D Umeå Öppna /UDM 2, IFK Umeå/Umeå GP11 1500m (arena)
 *16 D Magasin Spring 5000 m, Lycksele LK/Lycksele
 *19 C Höstfemman IFK Umeå/Umeå
 (*19 C Varvetmilen IFK Umeå/ Umeå INSTÄLLT)
 *20 D Castorama Umeå 2, IFK Umeå/Umeå
 *23 D Bantävling 1500 m, Lycksele LK/Lycksele
 26 Lidingöloppet 30k, IF Lidingö
 *26 D Castorama Skellefteå 3, Skellefteå AIK/Skellefteå
 *? D Tvåälvloppet 25 km, 13 km och 2 km trail, Vindeln/TTGU
 *30 D Bantävling 800 m, Lycksele LK/Lycksele

Oktober

- *3 Korta DM-terrängen på SM-banan 4 km, UDM/SDM/VDM IFK Umeå/Umeå
 *7 D Värmeverksrundan 1 (7 km), Lycksele LK/Lycksele
 (*10 C Umearan, Jalles TC/Umeå, fdGP, SDM/VDM INSTÄLLT)
 *11 D Ömaran, IFK Umeå/Umeå GP12 SDM/VDM
 *14 D Värmeverksrundan 2 (7 km), Lycksele LK/Lycksele
 *? D Drängsmarksterrängen-Night edition 1, Kågedalens SK
 *? D Drängsmarksterrängen- Night edition 2, Kågedalens SK
 *21 D Värmeverksrundan 3 (7 km), Lycksele LK/Lycksele
 *24-25 C SM-JSM-USM-VSM Terräng, Hässelby SK/Vällingby

November

- 8 C NM-JNM Terräng, Tullinge FI-Huddinge AIS/Tullinge

December

- 13 C EM terräng, Dublin-Fingal, IRL

UDM-SDM-VDM Västerbotten 2020

~~To 10/5 SDM-VDM Långa terräng-DM (Gamliaterrängen 4 km), Umeå~~

~~Sö 13/6 SDM/VDM 1 arena (Björkspelen i Umeå) DM utspritt på PRK-tävlingar istället~~

25/7 UDM 1 + SDM/VDM 2 arena (Skelleftespelen)

On 26/8 SDM-VDM Långa terräng-DM (Terrängserien 6), Lycksele

Sö 13/9 UDM 2 (Umeå Öppna)

Lö 3/10 UDM-SDM-VDM Korta terräng-DM (SM-banan 4 km), Umeå

Lö 11/10 SDM-VDM marathon (Ömaran)