
Norrandsmästerskap i friidrott 2019

RM 13/14, NLM15/17/19/senior



7–8 september 2019 Högslättens IP

*Brännans FF i samarbete med Ångermanlands FIF och Skellefteå
AIK bjuder in till Norrandsmästerskap i Härnösand.*

Klasser och grenprogram:

PF13 (f 06): Lördag 60m, 600m, 200mh, längd, stav, kula, slägga.

Söndag 200m, 1500, 60mh, tresteg, höjd, spjut, diskus

PF14 (f 05): Lördag 80m, 800m, 300mh, tresteg, höjd, slägga, spjut.

Söndag 300m, 2000m, 80mh, längd, stav, diskus, kula.

PF15 (f 04): Lördag 80m, 800m, 300mh, längd, stav, kula, slägga.

Söndag 300m, 2000m, 80mh, tresteg, höjd, spjut, diskus.

PF17 (f 02/03): Lördag 100m, 400m, 1500m, 300mh, tresteg, höjd, slägga, spjut.

Söndag 200m, 800 m, 100/110mh, 2000mH, 3000m, längd, stav, diskus, kula.

P19 (f 00/01): Lördag kula, slägga.

Söndag 110mh, spjut, diskus.

M (f 99 o ä): Lördag 100m, 400m, 1500m, 400mh, tresteg, stav, kula, slägga.
Söndag 200m, 800m, 110mh, 5000m, längd, höjd, spjut, diskus.

K (f 99 o ä): Lördag 100m, 400m, 1500m, 400mh, tresteg, höjd, slägga, spjut.
Söndag 200m, 800m, 100mh, 5000m, längd, stav, diskus, kula.

Stafett söndag: 8 x 200m, där varje lag består av två deltagare från vardera tävlingsklass .
OBS löpturordningen för stafetterna är fastställda av UC Norrlands TÄK och är följande:
P13, F13, P13, F13, P14, F14, P14, F14 samt P15, F15, P15, F15, P17, F17, P17, F17.

Vi vill premiera att få ihop lag samtidigt som lagledarna måste använda de deltagare de har från övriga grenar optimalt. Man får använda yngre deltagare på en position om man inte har någon annan att tillgå. Men man kan ex. inte ersätta en P14 kastare som inte vill springa med en F13 som vill vara med.

I RM 13-14 år och NLM 15 och 17 år är lagtävlingen central vilket inte innebär att ”poäng till varje pris” ska användas av lagens lagledningar. Det är inte juste mot de aktiva eller arrangör att de ska tävla i teknikgrenar som de inte behärskar. Bara dom kan kast vi har inte tid med några instruktioner pga. vi kan inte köra två långa kast samtidigt så vi vädjar till er att inte anmäla många i långa kast. Troligen pågår långa kast från 9.00 till 20.00 på lördag.

Tävlingarna är strikt åldersbundna, inga yngre deltagare än födda -06 får starta och bara i mån av plats kan man som yngre delta i seniorklassen.

Anmälan och avgifter Antalet grenstarter är begränsade till 6 st. 3 grenar per dag och deltagare. Max 8 deltagare per gren och åldersklass från varje distrikt för FP13-14. Vi vill att samtliga distrikt anmäler lagledare/kontaktpersoner till oss snarast möjligt till e-post: matshoglund1@gmail.com. **Anmälan av deltagare sker via friidrottsanmalan.se** Genom en samverkan med Solviksfolkhögskola måste vi ha in fullständigt personnummer på alla deltagare via mail matshoglund1@gmail.com

OBS! Samtliga tävlande gör grenanmälan distriktsvis eller klubbvis senast fredag 29 augusti
OBS! **Vi behöver personnummer på samtliga deltagare.** Kontakt vid frågor till **Mats Höglund 070-3141496**

Anmälningsavgiften är **550 SEK** för 13-14-åringarna och då ingår tävlingsavgift och logipaket **i logementssal fredag - söndag och kvällsfika fredag, frukost och lunch lördag och söndag samt middag lördag**). För 15 år t o m senior och medföljande ledare kostar logipaketet 400 SEK. För FP15/17 år är startavgiften **70 SEK/gren**, 19 år och äldre startavgift/gren **90 SEK**. Efteranmälan 140/180 SEK/gren. Arrangören fakturerar resp. distrikt samtliga avgifter. Tidsprogrammet och PM skickas till lagledarna senast 1 september (ev. synpunkter på tidsprogram senast 3 september).

Medaljer och priser: Lagpris till bästa distrikt i FP13-14 resp. FP15-17 år. Medaljer till de tre första i NLM och RM 13-14 år. Deltagarmedalj i 13-14-årsklassen till de som ej erövrat annan medalj (rekvireras av lagledningen).

Välkommen till Härnösand