



# YSTADS IF FRIIDROTT

## Inbjudan till

Skånska Mästerskapen på 5000 meter  
Onsdagen den 24 juni 2026 på Sandskogens idrottsplats i  
Ystad. Första start kl. 18.00.

**Klasser**

5000 meter: M, K, M 35-M 95, K 35-K 95  
5000 meter: M/K 22, P/F 19, P/F 17

För att få delta i tävlingen måste den aktive fylla 17 år under 2026, se  
<https://skanefriidrott.org/tavlingar/information-om-dm-tavlingar/>

**Anmälan:**

Sker via Easyrecord: [www.easyrecord.se/entry?c=KjefXX](http://www.easyrecord.se/entry?c=KjefXX)  
Sista anmälningsdag är den 19 juni 2026 kl 23.59.

5000 m kommer att ske i tidsheat.  
I er anmälan anger ni under "SB" årsbästa eller realistisk tid i för  
heatindelning (när ni lagt till prel anmälan kan SB ändras, därefter  
slutför ni anmälan). Om det inte går att ange tid i SB så maila tiden till  
[caroline.ivarsson.09@hotmail.com](mailto:caroline.ivarsson.09@hotmail.com). Anges ingen tid har vi rätt att  
placera er i valfritt heat.

**Anmälningsavgift:**

100 kr per start. Avgiften faktureras till respektive klubb.

**Efteranmälan:**

Efteranmälan möjlig tom den 22 juni kl 21.00 via Easyrecord.  
Vid efteranmälan placeras man i det heat som har plats.  
Om ni vill fråga vilka heat som har plats mailar ni  
[caroline.ivarsson.09@hotmail.com](mailto:caroline.ivarsson.09@hotmail.com).  
Dubbel avgift för efteranmälan, dvs. 200 kr.

**Startlista:**

Tidsprogram och heatindelning kommer på hemsidan  
[www.friidrott.ystadsif.se](http://www.friidrott.ystadsif.se).  
Startlista finns på Easyrecord.

**Prisutdelning:**

Kommer att ske när det finns möjlighet, se i tidsprogrammet.  
Medaljer hämtas på tävlingsdagen, inga medaljer kommer skickas ut i  
efterhand.

**Tävlingsregler:**

Svenska Friidrottsförbundets tävlingsregel gäller samt  
Skånes Friidrottsförbunds regler för mästerskap.  
Spikskor med max 6 mm spik får användas. Övriga skoregler i enlighet  
med Svenska Friidrottsförbundet och World Athletics, se [Skoregler -  
Friidrottsförbundet](#).

**Upplysningar:**

Caroline Norrsand på [caroline.ivarsson.09@hotmail.com](mailto:caroline.ivarsson.09@hotmail.com).

**VÄLKOMNA ÖNSKAR YSTADS IF**