TÄVLINGSPOLICY 2022

VERSION 2, 2022-02-17

1. INLEDNING

IFK Lidingö Friidrott benämns ”FRI” nedan.

Tävlingspolicyn beslutas av styrelsen och genomförs av sportchef. *Undantag enligt denna policy ska därför godkännas av sportchef.*

Föreningstränare och elitaktiva i Elittrappan har individuella upplägg (avtal).

2. TÄVLINGAR I OLIKA ÅLDRAR

Vad som är en rimlig tävlingsmängd är individuellt. Generellt gäller maximalt *tre grenar per tävlingsdag* och högst *fem grenar per tävlingshelg* (mångkamp/tävlingsresor i FRI:s regi är undantaget). Transport till och från tävling är viktigt i detta sammanhang. FRI:s regler är att barn 7–12 år tävlar inom Stockholms Län, ungdomar 13–14 år tävlar inom Svealand, ungdomar 15–17 år inom Sverige och aktiva 18 år och äldre tävlar enligt sin tävlingsplanering.

2.1. Tävlingsdistanser

För att delta i 10K-tävling ska den tävlande fylla minst 15 år samma år som tävlingen. För att tävla i halvmaraton/maraton ska den tävlande fylla 18 år samma år.

2.2. Resa och logi i samband med tävling

Coacher och aktiva bekostar själva resa och logi i samband med tävling om intet annat avtalats. Tävlingsresor, som t.ex. SM-tävlingar, Marsspelen och VU-spelen hanteras separat.

3. ANMÄLAN, STARTAVGIFTER, ETC.

3.1. Anmälan och coachning

Anmälan görs av den aktive (förälder). Den som anmäler ansvarar för att det sker enligt arrangörens instruktion och att tävlingen är överensstämmer med denna policy. Föräldrar coachar sina barn/ungdomar.

3.2. Startavgifter

Startavgiften ingår i aktivitetsavgiften så länge tävlingen faller inom ramen för denna policy (FRI:s egna arrangemang ingår alltid).

Startavgifter som överstiger 200 kr ska godkännas av sportchefen <u>innan</u> anmälan görs.

Observera gällande Folksam Grand Prix (FGP); anmälan till FGP inklusive förtävlingar godkänns av och genomförs av sportchef.

<u>Efteranmälan, ”no-show”</u>
Efteranmälningar betalas av den aktive. Aktiva som inte avanmäler sig utan giltig anledning (sjukdom eller skada) debiteras startavgiften.

<u>Startavgifter för väglopp/långlopp och terräng</u>
Huvudregeln är att den aktive bekostar startavgift för terränglopp/långlopp/stadslopp om inte annat överenskommits med sportchef. Terränglopp/stadslopp som ingår i Klubb-kampen och DM bekostas av FRI. Beträffande Terrängsatsningen se hemsidan. Terräng-staffetter bekostas som regel av laget om den inte ingår i Terrängsatsningen.

<u>Startavgifter i samband med tävlingsresor</u>
Tävlingsresor genomförs till fullo av deltagarna, utan att involvera kansliet. Tävlingsresor bör utformas så att startavgiften ingår i den summa den aktive ska betala.

3.3. Tävlingsdräkt

Huvudregeln är att alla tävlar i FRI:s tävlingsdräkt (barn under 11 år kan tävla i IFK-T-shirt). Elitaktiva med sponsoravtal kan få undantag. Vid SM-tävlingar ska FRI:s tävlings-dräkt alltid bäras.

4. SVENSKA MÄSTERSKAP (SM)

4.1. Styrelsen avgör vilka SM som FRI bekostar

FRI:s ekonomi varierar över tid och styrelsen kan i enskilda fall behöva besluta att inte delta på vissa mästerskap. Aktiva kan fortfarande delta, men bekostar då sitt deltagande själv.

4.2. Sportchefen ansvarar för SM-tävlingar

Sportchefen är projektansvarig för alla SM, vilket också omfattar anmälningar, bokningar och reseplanering. *Aktiva eller tränare ska **inte** anmäla aktiva på egen hand till SM-tävlingar*. Alla sådana anmälningar avanmäls och eventuella kostnader debiteras den som anmält.

IFK Lidingö Friidrott
Box 10057
SE-181 10 Lidingö
Tel: +46-(0)8-767 64 83
Email: ifk@lidingofri.se
www.lidingofri.se

4.3. Vilka kan delta i ett senior-SM?
I ett senior SM behöver man vara både mentalt och nivåmässigt kvalificerad. För att delta ska man fylla 18 samma år. Högst antal aktiva per gren är 3 (ranking styr).

4.4. Uttagningsprocedur
FRI sätter stort värde i att uttagningar är oberoende och görs av sportchefen (trovärdighet). Sportchefen har mandat att ta extra hänsyn till aktiva med erkänd kapacitet, men som pga. skada/sjukdom ännu inte nått ”normal nivå” eller kunnat tävla. Sportchef kan också göra taktiska uttagningar om FRI har chans på SM-poäng eller lagmedalj. Uttagningen omfattar även vilka ledare och coacher som ska delta.

Aktiv som klarat *direktkvalgränsen* (där så finns) är garanterad en plats i truppen förutsatt att hen är frisk/skadefri. Slutlig uttagning sker i dialog mellan sportchef/coach/aktiv där man bl.a. diskuterar form, kapacitet och lust/vilja att delta. Generellt så är ett grundkrav för SM-deltagande att den aktive gjort minst en start i aktuell grengrupp innan SM.

Uttagning till stafett-SM sker i dialog sportchef/tränare/aktiva. FRI:s policy är att ungdomar/juniorer först och främst tävlar i sin egen åldersklass. Det betyder att ungdomars/ juniorers deltagande i seniorlag aldrig får ske på bekostnad av ungdoms-/juniorlaget. Dubbleringar ska godkännas av sportchef.

För övriga SM, t.ex. maraton eller mång-kamp görs uttagningen i samråd sportchef/coach/aktiv.

4.5. Att delta i SM, utan att ha blivit uttagen
Aktiva utanför den officiella truppen kan delta på SM tävlingar. Även sådant deltagande ska godkännas av sportchef för att säkerställa att nivå och mognad är tillräcklig. Deltagande utanför truppen får inte innebära något merarbete för kansliet när det gäller bokningar, logi, etc. Önskar den aktive utanför truppen ha sin egen coach med sker det på den aktives (eller coachens) bekostnad.

5. DIREKTKVALGRÄNSER
Direktkvalgränserna syftar till att alla aktiva ska ha moroten att själva kunna påverka sitt deltagande i SM. Det blir ett tydligt mål för säsongens träningsupplägg och sitt tävlande. Direktkvalgränsen är inte ett krav för att få delta på SM, utan slutlig uttagning av trupp är fortfarande en dialog mellan sportchef/coach/aktiv.

För J22-U15 är direktkvalgränsen ett justerat medelvärde för lilla ”q” alternativt ”medianresultatet” för respektive JSM/USM 2016–2021. För senior har också ”topp-6-resultaten” för samma period vägts in. **Klicka här för att ta del av beräkningen!**

IFK Lidingö Friidrott
Box 10057
SE-181 10 Lidingö
Tel: +46-(0)8-767 64 83
Email: ifk@lidingofri.se
www.lidingofri.se

IFK Lidingö Friidrott
Box 10057
SE-181 10 Lidingö
Tel: +46-(0)8-767 64 83
Email: ifk@lidingofri.se
www.lidingofri.se

Direktkvalgränser, senior & junior, arena utomhus

M	M22	P19		K	K22	F19
10,79	11,06	11,19	100m	11,90	12,61	12,61
21,91	22,60	22,90	200m	24,54	25,00	25,50
49,22	50,66	51,96	400m	57,00	58,58	60,35
1:52.78	1:57.41	1:59.82	800m	2:12.20	2:12.60	2:21.13
3:56.16	4:02.14	4:10.59	1500m	4:33.56	4:49.00	4:50.00
14:54.79	15:17.36	15:56.06	5000m	16:59.44	18:02.02	10:51.20
30:48.76	x	x	10 000m	35:56.78	x	x
9:08.34	6:08.41	6:08.41	Hinder	10:35.67	7:17.00	7:18.00
14,73	15,40	15,54	110m H	14,38	14,90	15,01
54,06	55,56	57,67	400m H	62,78	67,16	65,41
1,99	1,97	1,91	Höjd	1,75	1,68	1,62
4,73	4,50	4,29	Stav	3,74	3,52	3,38
7,00	6,72	6,52	Längd	5,73	5,47	5,31
14,96	14,35	13,56	Tresteg	12,35	11,73	11,38
16,86	14,58	15,13	Kula	13,87	12,97	12,30
53,08	47,33	46,28	Diskus	42,36	42,75	33,70
61,80	56,06	53,93	Slägga	56,17	52,09	46,04
63,67	60,93	54,64	Spjut	45,93	40,28	36,67

Direktkvalgränser, senior & junior, arena inomhus

M	M22	J19		K	K22	J19
7,00	7,09	7,27	60m	7,70	7,82	7,98
21,98	50,95	51,92	200m	25,00	58,28	58,96
49,52	x	x	400m	57,10	x	x
1:54.03	x	x	800m	2:16.00	x	x
3:57.65	4:06.50	4:11.33	1500m	4:36.00	4:47.44	4:49.31
8:29.96	x	x	3000m	9:58.00	x	x
8,23	8,46	8,60	60m H	8,70	9,06	9,18
1,99	1,97	1,92	Höjd	1,70	1,76	1,63
4,77	4,60	4,27	Stav	3,75	3,58	3,42
7,00	6,62	6,24	Längd	5,70	5,56	5,31
14,98	14,03	13,18	Tresteg	12,00	11,62	11,39
16,85	14,48	14,76	Kula	13,70	13,08	12,26
18,59	16,58	15,33	Vikt	16,90	15,53	14,27

IFK Lidingö Friidrott
Box 10057
SE-181 10 Lidingö
Tel: +46-(0)8-767 64 83
Email: ifk@lidingofri.se
www.lidingofri.se

Direktkvalgränser, ungdom, arena utomhus

P17	P16	P15		F17	F16	F15
11,45	11,63	9,80	100m/80m	12,76	12,84	10,70
23,09	23,91	x	200m	25,94	26,73	x
52,75	53,73	38,66	400m/300m	61,69	61,49	42,84
2:04.14	2:07.25	2:10.65	800m	2:22.59	2:23.77	2:26.79
4:19.91	4:28.19	x	1500m	4:52.00	4:54.90	x
9:25.71	9:37.20	6:16.61	3000m/2000m	10:55.00	10:57.00	7:05.11
6:28.12	6:59.72	4:58.99	Hinder	5:24.00	5:25.00	5:36.68
15,62	15,76	11,82	110m/100m/80m H	15,66	15,61	12,60
41,15	42,56	43,77	300m H	48,00	48,39	47,88
1,85	1,77	1,72	Höjd	1,58	1,56	1,54
3,93	3,77	3,46	Stav	3,22	3,02	2,84
6,13	6,00	5,80	Längd	5,09	5,09	5,07
13,26	12,56	11,98	Tresteg	11,09	11,03	10,55
15,03	13,07	13,08	Kula	12,30	11,68	10,99
44,78	38,75	39,92	Diskus	35,43	29,92	32,84
52,66	48,50	46,25	Slägga	46,04	44,94	40,63
48,72	43,95	42,08	Spjut	34,42	34,28	31,68

Direktkvalgränser, ungdom, arena inomhus

P17	P16	P15		F17	F16	F15
7,36	7,54	7,72	60m	8,01	8,21	8,27
52,58	54,20	24,51	400m/200m	59,44	61,47	26,67
4:21.43	4:27.29	2:53.95	1500m/1000m	4:54.42	5:06.12	3:07.30
8,65	8,80	9,08	60m H	9,26	9,32	9,61
1,82	1,77	1,66	Höjd	1,56	1,54	1,50
3,96	3,48	3,13	Stav	3,01	2,93	2,75
5,94	5,86	5,58	Längd	5,05	5,03	4,87
12,59	12,22	11,45	Tresteg	10,98	10,60	10,39
14,32	12,27	12,20	Kula	12,37	11,11	10,22
16,35	14,99	13,81	Vikt	14,71	13,03	11,67

IFK Lidingö Friidrott
Box 10057
SE-181 10 Lidingö
Tel: +46-(0)8-767 64 83
Email: ifk@lidingofri.se
www.lidingofri.se