

DM 2022 för Östsvenska FIF

Beslutade riktlinjer vid tävlingskommittémöte 6 dec 2021

Tävlingskommitténs ledamöter

Markus Andersson, ordförande
Carl Hedin, ungdomsansvarig
Anna Palmerius, regelansvarig
AnnLis Hellsten, medaljansvarig
Lasse Elfgaard, övrig
Peter Håkansson, övrig
Calle Nilsson, övrig (ny)
Mia Jansson, övrig (ny)

Åldersklasser

Veteran, Senior, P19*, 17, 15, 14, 13, 12 år

* P19 körs enbart i de grenar där redskap skiljer mot Män.

Anmälningavgifter

Går i regel till arrangören. Nedan gäller rena DM-tävlingar. När DM är inlagt i en befintlig tävling gäller tävlingens ordinarie avgifter.

Arena och terräng

18 år o äldre = 100 kr

15-17 år = 80 kr

12-14 år = 60 kr

Hel- o halvmarathon är alltid inlagt i annan tävling = arrangemangets ordinarie avgift

Mångkamp

18 år o äldre = 350 kr

17 år o yngre = 200 kr

Klubblag

DM = 1000 kr

UDM = 400 kr

DM-medaljer

De medaljlager som ni finns fortsätter att användas, men kompletteras med gravyr eller klistermärke "Östsvenska". För klisterlapparna lämnas lite tom yta så har den aktive möjlighet att anteckna något om önskas. När ett DM arrangeras i Blekinge används Blekinges DM-medaljer, i Småland används Smålands, osv. En ny Östsvenska-medalj tas fram som används när befintliga lager börjat ta slut.

Arrangörer får betala (gäller ej lag och mångkamp där ÖFIF står för medaljkostnaden).

RF stor (DM/JDM-guld) 35 kr

liten (lag-guld) 25 kr

SmFIF stor (DM, JDM) 30 kr

liten (UDM, VDM) 20 kr

Blek-DM ? kr (ungefär självkostnadspris)

Ö-göt-DM ? kr (ungefär självkostnadspris)

Nya ÖFIF-medaljer ? kr (ungefär självkostnadspris)

Datum och arrangörer

IVDM

Prel. 15-16 jan inlagt i KA 2 spelen, Markus frågar KA 2 IF.

Vet M/K: 60m, 200m, 400m, 800m, 60mH, höjd, stav, längd, tresteg, kula.

Stora IDM, IJDM 19, IUDM 17, 15, 14, 13, 12 – Dag 1

5 feb inlagt i Wexio Indoor Games. Arr: IFK Växjö.

M/K: 60m, 200m, 60m häck, stav, längd, tresteg, kula

P19: 60mH, kula

P/F 17: 60m, 400m, 60m häck, höjd, längd, P17 kula

P/F 15,14: 60m, 60m häck, stav, längd, tresteg, kula

P/F 13,12: 60m, 800m, höjd, stav, längd, kula

Stora IDM, IUDM 17, 15, 14, 13, 12 – Dag 2

6 feb Östsvenska FIF med funktionärshjälp i Växjö? Markus frågar IFK Växjö.

M/K: 400m, 800m, höjd

P/F 17: stav, tresteg, F17 kula

P/F 15,14: 200m, höjd

P/F 13,12: 200m, 60m häck, tresteg

IDM, IVDM, IUDM 1500m

Arr sökes. Markus frågar KA 2 IF, Peter frågar tänkbara arrangörer i Östergötland.

M/K, M/K vet, P/F17, 15, 14, 13, 12

IDM, IVDM 3000m

Arr sökes. Markus frågar KA 2 IF, Peter frågar tänkbara arrangörer i Östergötland.

M/K, M/K vet

IUDM 14, 13, 12 I MÅNGKAMP

12-13 mars inlagt i Växjömångkampen. Arr: IFK Växjö

P14: 7-kamp (Dag 1: 60m, stav, längd, Dag 2: 60m häck, höjd, kula, 600m)

F14: 5-kamp: (60m häck, höjd, kula, längd, 600m)

P13,12: 4-kamp: (60m häck, längd, kula, höjd)

F13,12: 4-kamp: (60m häck, höjd, längd, kula)

IDM, IJDM 19, IUDM 17, 16, 15 I MÅNGKAMP

5-6 feb inlagt i SM, Örebro

M, P19: 7-kamp (Dag 1: 60m, längd, kula, höjd, Dag 2: 60m häck, stav, 1000m)

K, F19: 5-kamp: (60m häck, höjd, kula, längd, 800m)

P17, 15: 7-kamp (Dag 1: 60m, stav, längd, Dag 2: 60m häck, höjd, kula, 600m)

F17, 15: 5-kamp: (60m häck, höjd, kula, längd, 600m)

DM, JDM, UDM, VDM I TERRÄNG

Wärnamo SK har sökt och föreslår söndag 10 april.

Markus mailar alla föreningar och ber fler söka senast 31/12.

M/K, M/K vet, P/F17, P/F15, P/F14 = 4km

P/F13, P/F12 = 2km

Lagtävling. (3-manna "automatiskt") I P/F 16-17, 15-14, 13-12 gemensam lagtävling.

I veteraner gemensamt alla klasser M o K men en minst 40 år och en minst 50 år.

De som springer 4km tillsammans räknas "dubbelt" = i egen åldersklass + seniorer.

DM, JDM 19, UDM 17,16,15,14,13,12 i MÅNGKAMP

21-22 maj inlagt i Ljungby Mångkamp. Arr: Ljungby FIK

M,P19: Tiokamp (1: 100m, längd, kula, höjd, 400m, 2: 110mH, diskus, stav, spjut, 1500m)

P17,16: Tiokamp (1: 110mH, diskus, stav, spjut, 300m. 2: 100m, längd, kula, höjd, 1000m)

P15,14: Åttakamp (1: 80mH, diskus, stav, spjut, 2: längd, kula, höjd, 800m)

K, F19,17,16: Sjukamp (1: 100mH, höjd, kula, 200m, 2: längd, spjut, 800m)

F15, F14: Sexkamp (1: 80mH, höjd, kula, 2: längd, spjut, 600m)

P13, P12: Femkamp (60mH, längd, spjut, höjd, 600m)

F13, F12: Femkamp (60mH, höjd, spjut, längd, 600m)

Anm. Kvinnor och F19 räknas "dubbelt" då förutsättningarna är densamma.

DM KLUBBLAG

Vi avvaktar med detta arrangemang. Mer likt Götalandsserien nu med större distrikt. Om det körs vore färre grenar lämpligt. Högby IF har uppgett intresse att arrangera tidigt på säsongen.

M/K: 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 5000m, 3000m hinder, 110/100m häck, 400m häck, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, stafett 1000m.

REGLER

Varje lag ställer upp med en deltagare per gren individuellt

Varje deltagare har rätt deltaga i max två grenar plus stafett.

Poängberäkning: Efter antalet deltagande lag matchdagen. T.ex. 6 lag = 6, 5, 4, 3, 2, 1p.

Vid lika poäng avgör antal grensegrar, därefter plac. i avslutande stafetten.

Arrangör sänder inbjudan inkl. tidsprogram till deltagande klubbar i god tid. Synpunkter på tidsprogrammet meddelas arrangör snarast. Laguppställning skall vara arrangör till handa senast 2 dagar innan match. På tävlingsdagen ska alla ha laguppställningar som fungerar ihop med tidsprogrammet, inga hopp/kast får "sparas" och utföras efter avslutad gren.

STORA DM, JDM 19, UDM 17, 15, 14, 13, 12

Prel. 4-5 juni i Jönköping. Arr: Jönköpings Friidrottskrets. Lasse kollar med kretsen.

Framöver siktar vi på att arrangemanget flyttar runt enligt ett 3 års rullande schema mellan Blekinge/Kalmar, Jönköpings län och Östergötland. Tänkbart vore att Östsvenska FIF är huvudansvarig tillsammans med lokal förening plus funktionärshjälp från övriga.

Dag 1

M, P17: 100m, 400m, 110mH, stav, längd, kula, spjut

P19: 110mH, kula

P15, 14: 80m, 300m, 80mH, stav, längd, kula, spjut

P13, 12: 60m, 60mH, stav, längd, kula, spjut

K, F17: 100m, 400m, 100mH, höjd, tresteg, diskus, slägga

F15, 14: 80m, 300m, 80mH, höjd, tresteg, diskus, slägga

F13, 12: 60m, 60mH, höjd, tresteg, diskus, slägga

Dag 2

M, P17: 200m, 800m, 2/3000mH, 3/400mH, höjd, tresteg, diskus, slägga

P19: 2000mH, diskus, slägga

P15, 14: 800m, 1500mH, 300mH, höjd, tresteg, diskus, slägga

P13, 12: 200m, 600m, 200mH, höjd, tresteg, diskus, slägga

K, F17: 200m, 800m, 1.5/2/3kmH, 3/400mH, stav, längd, kula, spjut

F15, 14: 800m, 1500mH, 300mH, stav, längd, kula, spjut

F13, 12: 200m, 600m, 200mH, stav, längd, kula, spjut

REGLER DM-HELGEN/DAGEN

* Åldersbundet utom i seniorer.

* Max 3 grenar per dag i UDM 12-14år.

* M+P19+P17 och K+F17 tävlar tillsammans som en klass, dvs inga separata heat/finaler, efteråt kommer 19år och 17år dock få dubbla placeringar.

DM, JDM 19 KAST

Kastgrenar för senior+junior lyfts ur DM-helgen och köra separat i Växjö, Markus kollar med Anders Axlid om det kan passa in i kasttouren.

M/K: kula, diskus, slägga, spjut

P19: kula, diskus, slägga

DM, VDM, UDM 1500m

Arr sökes. Lyfts ur DM/VDM-helg och körs gemensamt över alla åldrar. Heatindelning baserat på årsbästa.

M/K, M/K vet, P/F17, 15, 14, 13, 12

DM, VDM HALVMARATHON

Lördag 2 juli inlagt i Kalmar Malkars 21KM. Arr: Högby IF.

M och K. M35, M40 o.s.v. K35, K40 o.s.v.

Räknas "dubbelt" egen åldersklass + seniorer.

DM, VDM, UDM 5000M, 3000 o 2000M

Lördag 16 juli inlagt i Ölandsspelen. Arr: Högby IF.

M/K, M/K vet: 5000m (räknas "dubbelt", egen åldersklass + sen.)

P/F17: 3000m

P/F 15, 14: 2000m

DM o VDM MARATHON

Lördag 20 aug inlagt i Jönköpings Marathon. Arr: Team Runnershigh

M och K. M35 o.s.v. upp till M80. K35 o.s.v. upp till K75.

(Räknas "Dubbelt", egen åldersklass + sen.)

STORA VDM

Körs på en dag med hälften av grenarna vartannat år, stafetten dock varje år. Markus kollar med veterankommittén om de har någon synpunkt på detta.

2022 M/K: 100m, 800m, 200/300/400H, 2/3000H, stav, längd, kula, diskus, vikt, 4x100m

2023 M/K: 200m, 400m, 80/100/110mH, höjd, tresteg, slägga, spjut, 4x100m

I veteranstafetten måste laget innehålla minst två 50 år och äldre.

Heatindelningar sker i första hand baserat på årsbästa snarare än klass.

DM, VDM 10.000M

Arr. IK Akele är tillfrågad, Peter & Markus påminner. Datum nog lätt att hitta i samråd med arrangör när arrangör är klar.

M/K, VDM M/K i 5-årsintervaller uppåt. Löps i seedade heat.

Veteranerna får dubbla placeringar, i egen åldersklass + senior.

VDM Kastmångkamp

Arr. Oskarshamns SK. AnnLis återkommer med ett förslag på datum när VSM-tävlingarna är klara.

Utvärderas och vi vill se ökat deltagande för att ha DM-status 2023.

M/K vet i 5-årsintervaller uppåt. Slägga, kula, diskus, spjut, vikt i den grenordningen.

LÅNG-DM I TERRÄNG

Söndag 18 sep inlagt i Ulfveloppet . Arr: Södra Vi IF.

Utvärderas och vi vill se ökat deltagande för fortsatt DM-status 2023.

M/K 10km

Lagtävling tremanna (automatiskt)

DM i CASTORAMA

SFIFs period aug – okt. Föreningars arrangemang på hemmabanor.

M/K. Individuellt och lag.

Ej åldersbundet. I lagtävlingen räknas poängsumman för samtliga aktivas bästa resultat (SFIF enbart de 12 bästa aktiva).

UDM för KLUBBLAG

Ingemar Hedin & Mia Jansson planerar. Preliminärt gäller följande.

Mix11 har två matcher på hemmaplan, under maj/juni respektive aug/sep.

P/F13 har två matcher, i maj/juni prel. i Tranås/Eksjö (Ingemar kollar) samt gemensamt i Ljungby i sep.

Mix14-17 har en match i Ljungby i sep (samtidigt som P/F13).

Mix11

- Flickor och pojkar tävlar tillsammans i ett mixlag vid två tillfällen.
- Varje lagmatch genomförs på hemmaplan med den egna föreningen eller tillsammans med närliggande förningar.
- Lagen ska samla så många poäng som möjligt i varje gren efter norska Tyrvingtabellen (mångkampstabell).
- De tre bästa resultaten räknas i respektive gren liknande Kraftmätningen

Inför 2022

- Några färre grenar för att göra det lättare att arrangera, fem grenar per tävlingstillfälle.
- Medalj till alla lag som fullföljer bägge lagmatcherna.
- Match 1: 60 m, 400 m, längd, kula, stafett 5 x 60 m
- Match 2: 60 m häck, 600 m, höjd, boll, stafett 5 x 60 m

F13/P13

- Lagtävling där flickor och pojkar tävlar i respektive klass F13 och P13.
- Varje deltagare får tävla i max två grenar samt i stafetten.
- Poängen beräknas efter antal deltagande lag.
- Ambitionen är att genomföra tävlingarna vid två tävlingstillfällen. Om det saknas arrangör så kommer tävlingen att genomföras på hemmaplan.

Inför 2022

- Tävlingen genomförs under två lagmatcher. Även sammansatta lag räknas med i tävlingen. Segrande lag får en vandringspokal.
- Topp 3 får UDM-medaljer samt medalj till alla lag som fullföljer bägge lagmatcherna.
- Match 1: 60 m häck, 200 m, 600 m, höjd, längd, kula, spjut, stafett 5 x 60 m
- Match 2: 60m, 1500 m, 200 m häck, stav, tresteg, diskus, slägga, stafett 5 x 60 m

Inför 2023

- Vi siktar på att införa två kvalgrupper i norr respektive söder. Här tävlas lagen i två lagmatcher där de bästa lagen gå vidare till en gemensam final på hösten.

Lag-UDM17

- Lagtävling där flickor och pojkar tävlar gemensamt i ett lag.
- Varje deltagare oavsett kön tävlar utifrån sin åldersklass när det gäller redskapsvikter och häckhöjder.
- Grenresultat räknas om till poäng enligt norska Tyrvingtabellen vilket innebär att resultaten kan jämföras oavsett kön eller ålder.

Lagsammansättning

- Tävlade i åldrarna 14 – 17 år (födda 2005-2008) från föreningar i Östsvenska Friidrottsförbundet får delta.
- Ett lag ska bestå av minst 5 deltagare.
- Ett lag kan bestå av bara flickor eller pojkar. Undantag är stafetterna där laget får bestå av max två pojkar.
- Varje lag ställer upp med en deltagare per gren.
- Varje deltagare får tävla i max två grenar + stafett. Det är tillåtet att samma person deltar i båda stafetterna.
- Det är tillåtet att samma förening anmäler flera lag.
- Sammansatta lag mellan olika föreningar är tillåtet under förutsättning att det inte sker i syfte att toppa laget. Syftet bakom sammansatta lag är att ge föreningar som inte får ihop något lag möjlighet att vara med.

Poängberäkning

- Varje grenresultat räknas om till poäng enligt Tyrvingtabellen vilket innebär att resultaten kan jämföras och att pojkar kan tävla mot flickor. Poängen i varje gren adderas ihop till ett slutresultat. Skulle två lag stanna på samma poäng, avgör antal grensegrar enligt poängtabellen och därefter placeringen i den avslutande 4x100m stafetten.
- T.ex. kan en diskustävling se ut så här: En kille i P17 kastar med sin vanliga redskapsvikt (1,5 kg) och får poäng enligt poängtabellen för P17 diskus. En tjej i F15 kastar med sin redskapsvikt (0,75 kg) och får poäng enligt poängtabellen för F15 diskus. Båda tävlandes poäng i grenen jämförs sedan.
- Grenar: 100m, 800m, 2000m, 80/100/110m häck, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, svensk stafett, 4x100m

Inför 2022

- Tävlingen genomförs i samband med match två för F13 och P13.
- Svensk stafett tillkommer
- Även sammansatta lag räknas med i tävlingen.
- Segrande lag med högst poängsumma får en vandringspokal. Medaljer delas ut till alla lag topp 3.