



# KALENDER

ÅRG. 31 NR 3

## SMÅLAND 2016



*Simon Assarsson har varit Smålands bästa stavhoppare de senaste åren. Personbästat är 5,30 från 2014 och det året har varit hans bästa hitintills med bl.a. SM-brons och fyra i Finnkampen. Finnkampen var han även med i 2012 och SM-brons tog han även 2012 och 2015. Som junior har han tagit JSM-silver 2010 & 2012, brons 2011. Fler SM-placeringar strax utanför pallen tillkommer både som senior och junior/ungdom, men inget guld, ännu. Som yngre har han tävlat i alla möjliga grenar, sprungit långlopp och bl.a. kastat ca: 50m i spjut. Moderklubb IK Sisu och övergång till IFK Växjö inför 2012. Årsbästan i stav utomhus har sen debuten som P13 2004 t.o.m. 2015 varit 2,46 - 3,13 - 3,40 - 3,90 - 4,29 - 4,54 - 4,67 - 4,75 - 5,08 - 4,95 - 5,30 - 5,20.*

# **Kalmar SK - Friidrott**



bjuder in till...



## **Lindsdal Runt LÖRDAGEN 21 MAJ**

Ett gå, lunka eller löp evenemang för hela familjen. Start vid Lindsdalsskolans Multiplan och målgång på Torget. Vuxna 4,2km - ett eller två varv - barn 900m.

## **Drottning MARGARETA-loppet ONSDAGEN 25 MAJ**

Motionslopp för enbart tjejer.

Loppets startar klockan 19.00 på Fredriksskans IP. Årets största idrottsarrangemang i Kalmar län med upp emot 4000 deltagande kvinnor.

Anmäl till PG-nr 11 42 61-1 senast 13 maj.

Anmälningsavgift 200 kr per deltagare.

Om ni anmäler er fem tillsammans får ni en trevlig picknick-kasse att dela på efter loppet.

## **Kalmarspelen - I.T.s minne**

**LÖRDAG 17 SEPTEMBER**

Årets sista utomhustävling på Fredriksskans

**[www.kalmarsk.nu](http://www.kalmarsk.nu)**



# 2016

## Smålands Friidrottsförbund

Kungshallsvägen 10, 382 43 NYBRO

### Tidning Friidrott/Småland

Ansvarig utgivare: AnnLis Hellsten  
Redigering & layout: Markus Andersson  
Tryck: Tryckpartners, Nybro

### INNEHÅLLSFÖRTECKNING

	Sid		Sid
Adresser till föreningarna	14	Ombud till SFIF och SM. IF	3
Adresser till förbund	6	Redskapsvikter	49
Anmälningsavgifter DM	38	Rekordmedaljer	65
DM-rekord	66	Resultatlistor, regler	34
DM-tävlingar, PM m.m.	37	Sanktionsregler	36
DM-tävlingar, klasser, grenar	40	Skrifter för beställning	33
DM/UDM för klubblag	44	Smålandsrekord	52
Förbundsbanmätare	13	Starters	13
Förbundsdomare	12	Storgrabb/tjej-märket	51
Utvecklingscentrum (UC) Småland	8	Styrelsen, revisorer	2
Föreningsförteckning	14	Svenska friidrottscupen o lag-SM	46
Förtjänstutmärkelser	32	Tränare inom Småland	10
Götalandscupen	46	Tävlingsprogram	24
Häckregler	48	Ungdomsmärket	50
Klubblagsbestämmelser vid DM	44	Utbildningsprogram	8
Kommittéer	3	Vandringspriser	31
Lokalradion	33	Veterancupen	31

## SMÅLANDS FRIDROTTSFÖRBUND

ADRESS: Kungshallsvägen 10, 382 43 NYBRO  
BANKGIRO: 464-17 42  
ORG.NR. 826000-8985  
E-POST: markus.andersson@smfif.se  
KANSLIST: Markus Andersson, tel: 0481-55 04 04, mob. 0733-68 84 60  
HEMSIDA: www.smfif.se

### STYRELSEN

		Tel. / e-post
Ordf. o AU	<b>Patrik Eklund</b> Pukebergarnas Väg 23, 382 34 NYBRO	Tel. 073-396 50 82 patrik.15015 eklund@telia.com
Vice ordf. AU o Utb.ansv.	<b>Michael Ostrelius</b> C/o Backund Finneryd 2, 591 97 FORSERUM	Tel: 070-458 06 70 michael.ostrelius@gmail.com
Tävlingsansvarig	<b>Carl-Gustaf Nilsson</b> Vädursvägen 2, 393 51 KALMAR	Tel. 0480-285 39, 070-444 31 02 nilsson.calle@tele2.se
Ungdomsansv.	<b>Maria Jonasson</b> Ulås Källebo, 331 97 VÄRNAMO	Tel. 0370 171 63 maria.jonasson.jonas@spray.se
Ungdomsansv.	<b>Ari Turunen</b> Kostavägen 12, 360 50 LESSEBO	Tel: 076-848 71 64 ari.turunen@telia.com
Veteransv.	<b>Ronny Krönvall</b> Svartkråkevägen 15, 331 42 VÄRNAMO	Tel: 0370-163 98, 070-64 70 921 ronny.kronvall@vmomail.se
Ledamot	<b>AnnLis Hellsten</b> Homhällev. 20, 572 40 OSKARSHAMN	Tel/fax: 0491-839 47, 0708-839 470 annlis.hellsten@bredband.net
Hedersledamot	<b>Tommy Ursby</b> Trädvägen 5, 352 53 VÄXJÖ	Tel. 0470-836 74, 0470-73 10 12, 070-638 91 39 tommy.ursby@telia.com
Hedersledamot	<b>Ove Davidsson</b> Svensgårdsvägen 25, 342 34 ALVESTA	Tel/fax: 0472-122 46
Hedersledamot	<b>Arne Olsson</b> Västergatan 18 D lgh 1101, 352 31 VÄXJÖ	Tel. 072-521 90 67 kl. 9-21 arneo1936@gmail.com

### ANSTÄLLD PERSONAL

Kansli, Webb.	<b>Markus Andersson</b>	Tel. 0481-55 04 04 a+b, 0733-68 84 60 m
Kassör, Sekr, AU	Kungshallsv. 10, 382 43 NYBRO	markus.andersson@smfif.se
Utb.samordnare	<b>Ingela Nilsson</b>	Tel. 0470-627 40 b, 070-349 92 77
UC Småland	Evedalsvägen 94, 352 42 VÄXJÖ	ingelanilsson56@hotmail.com

### VALBEREDNING

Ordf.	<b>Eva Enberg</b> Hermansvägen 21, 566 34 HABO	Tel. 036 418 66, 072 245 03 07 eva.enberg@yahoo.se
Övriga	En person utsedd av <b>Växjö LK</b> och en person av <b>FIK Färjestaden</b> .	

### REVISORER

Revisor	<b>Leif Karlsson</b> Sävrarp, 330 17 RYDAHOLM	Tel. 0472-202 21, 070-9999 121 lkkvry@gmail.com
Rev. suppleant	<b>Dennis Pettersson</b> Idrottsgatan 9, 571 41 NÄSSJÖ	Tel. 076-808 05 89

## OMBUD SVENSKA FRIIDROTTSFÖRBUNDET (SF)

<b>Tävlingsombud</b>	<b>Carl-Gustaf Nilsson</b>	Tel. 0480/285 39, 070-444 31 02
(TO)	Vädursvägen 2, 393 51 KALMAR	nilsson.calle@tele2.se
<b>Utbildn.ansv.</b>	<b>Michael Ostrelus</b>	Tel. 070-458 06 70
(UA)	C/o Backund Finneryd 2, 591 97 FORSERUM	michael.ostrelus@gmail.com
<b>Ungdomsombud</b>	<b>Maria Jonasson</b>	Tel. 0370 171 63
(UO)	Ulås Källebo, 331 97 VÄRNAMO	maria.jonasson.jonas@spray.se
<b>Statistikombud</b>	<b>Markus Andersson</b>	Tel. 0481-55 04 04 a+b, 0733-68 84 60 m
(SO)	Kungshallsv. 10, 382 43 NYBRO	markus.andersson@smfif.se
<b>Veteranombud</b>	<b>Ronny Krönvall</b>	Tel. 0370-163 98, 070-647 09 21
(VO)	Svartkråkevägen 15, 331 42 VÄRNAMO	ronny.kronvall@vmomail.se
<b>Kanslipersonal (KP)</b>	<b>Se SO.</b>	

## OMBUD SMÅLANDS IDROTTSFÖRBUND (DF)

<b>Utbildningsled.</b>	<b>Michael Ostrelus</b>	Tel. 070-458 06 70
	C/o Backund Finneryd 2, 591 97 FORSERUM	michael.ostrelus@gmail.com
<b>Ungdomsled.</b>	<b>Maria Jonasson</b>	Tel. 0370 171 63
	Ulås Källebo, 331 97 VÄRNAMO	maria.jonasson.jonas@spray.se

## UTVECKLINGSCENTRUM (UC) SMÅLAND/BLEKINGE

Box 3007, 350 33 VÄXJÖ. **STYRGRUPP** - SmFIFs styrelse, se föregående sida.

<b>Blekinges</b>	<b>Henrik Hultman</b>	Tel. 0737-13 91 69
<b>representant</b>	Sävstigen 1, 374 51 ASARUM	oneglobalfuture@gmail.com
<b>Utbild.samordn.</b>	<b>Ingela Nilsson</b>	Tel. 0470-627 40 b, 070-349 92 77
<b>o anställd</b>	Evedalsvägen 94, 352 42 VÄXJÖ	ingelaniilsson56@hotmail.com

## Arbetskommittéer

### UTBILDNINGS- OCH TRÄNARKOMMITTÉ

<b>Ordf.</b>	<b>Michael Ostrelus</b>	Tel. 070-458 06 70
	C/o Backund Finneryd 2, 591 97 FORSERUM	michael.ostrelus@gmail.com
<b>Övriga</b>	<b>Ingela Nilsson</b>	Tel. 0470-627 40 b, 070-349 92 77
	Evedalsvägen 94, 352 42 VÄXJÖ	ingelaniilsson56@hotmail.com
	<b>Mats Karlsson</b>	Tel. 0470-690 52
	Snickaregränd 13, 352 50 VÄXJÖ	matskrister.karlsson@tele2.se

### UNGDOMSKOMMITTÉ

<b>Ordf.</b>	<b>Maria Jonasson</b>	Tel. 0370 171 63
	Ulås Källebo, 331 97 VÄRNAMO	maria.jonasson.jonas@spray.se
<b>Övriga</b>	<b>Ari Turunen</b>	Tel: 076-848 71 64
	Kostavägen 12, 360 50 LESSEBO	ari.turunen@telia.com
	<b>Michael Pettersson</b>	Tel. 070-811 29 47
	Långalma 9, 742 91 ÖSTHAMMAR	michael.o.pettersson@gmail.com

## TÄVLINGSKOMMITTÉ

<b>Ordförande</b>	<b>Carl-Gustaf Nilsson</b> Vädursvägen 2, 393 51 KALMAR	Tel. 0480-285 39, 070-444 31 02 nilsson.calle@tele2.se
<b>Medaljansvarig</b>	<b>AnnLis Hellsten</b> Homhälllev. 20, 572 40 OSKARSHAMN	Tel/fax: 0491-839 47, 0708-839 470 annlis.hellsten@bredband.net
<b>Regelansvarig</b>	<b>Tommy Ursby</b> Trädvägen 5, 352 53 VÄXJÖ	Tel. 0470-836 74, 0470-73 10 12, 070-638 91 39 tommy.ursby@telia.com
<b>Ungdomsansv.</b>	<b>Maria Jonasson</b> Ulås Källebo, 331 97 VÄRNAMO	Tel. 0370 171 63 maria.jonasson.jonas@spray.se
<b>Ungdomsansv.</b>	<b>Ari Turunen</b> Kostavägen 12, 360 50 LESSEBO	Tel: 076-848 71 64 ari.turunen@telia.com
<b>Övriga</b>	<b>Lasse Elfgaard</b> Klevstugev.28, 564 36 BANKERYD	Tel. 072-371 18 82 elfgaardlasse@hotmail.com
	<b>Anders Andersson</b> St. Skog, 330 93 SKEPPSHULT	Tel. 0371-212 61b, 33066a, 073-962 83 87 anders@betexport.nu
	<b>Markus Andersson</b> Kungshallsv. 10, 382 43 NYBRO	Tel. 0481-55 04 04 a+b, 0733-68 84 60 m markus.andersson@smfif.se

## STATISTIKKOMMITTÉ

<b>Ordf.</b>	<b>Markus Andersson</b> Kungshallsv. 10, 382 43 NYBRO	Tel. 0481-55 04 04 a+b, 0733-68 84 60 m markus.andersson@smfif.se
<b>Övriga</b>	<b>Anders Grönvall</b> Igelkottsvägen 10, 553 07 JÖNKÖPING	Tel. 036-18 44 77, 070-952 47 94, a.gronvall@telia.com
	<b>Christer Svensson</b> Håkan Sjögrens väg 9 B, 352 39 VÄXJÖ	Tel: 070-549 72 96 christersvensson615@hotmail.com
	<b>Göran Graberg</b> Cirkelvägen 12, 571 75 FREDRIKSDAL,	tel. 0380-262 43 ( <b>okt - april</b> ) stensjonsif@hotmail.se
	<b>Svalövägen 7 B, 571 73 STENSJÖN,</b>	tel. 0380-910 45 ( <b>maj - sep</b> )
	<b>AnnLis Hellsten</b> Homhälllev. 20, 572 40 OSKARSHAMN	Tel/fax: 0491-839 47, 0708-839 470 annlis.hellsten@bredband.net

## VETERANKOMMITTÉ

<b>Ordf.</b>	<b>Ronny Krönvall</b> Svartkråkev. 15, 331 42 VÄRNAMO	Tel. 0370-163 98, 070-64 70 92 ronny.kronvall@vmomail.se
<b>Övriga</b>	<b>AnnLis Hellsten</b> Homhälllev. 20, 572 40 OSKARSHAMN	Tel/fax: 0491-839 47, 0708-839 470 annlis.hellsten@bredband.net
	<b>Göran Graberg</b> Cirkelvägen 12, 571 75 FREDRIKSDAL,	tel. 0380-262 43 ( <b>okt - april</b> ) stensjonsif@hotmail.se
	<b>Svalövägen 7 B, 571 73 STENSJÖN,</b>	tel. 0380-910 45 ( <b>maj - sep</b> )
	<b>Sven-Erik Martinsson</b> Erik Dahlsbergsg. 30 A, 561 32 HUSKVARNA	tel. 036/13 88 50 gs.martinsson@gmail.com
	<b>Elisabeth Johansson</b> Augustivägen 5, 352 60 VÄXJÖ	Tel. 073 055 27 32 elisabeth.johansson@ist.com
	<b>Arne Lundblad</b> Lidvägen 10, 352 49 VÄXJÖ	0470-654 71, 070-284 77 83 lundblad.arne@telia.com
	<b>Ingvar Ellbring</b> Ekorstigen 1, 571 42 NÄSSJÖ	Tel. 0380-170 08, 070-382 60 87 ingvarell@hotmail.com

Hemsida: [www.kronvall.org/sfif/veteran.html](http://www.kronvall.org/sfif/veteran.html)

# OSKARSHAMNS SK

inbjuder till  
2016 års tävlingar

7 maj	Majspelen	Arena
7 maj	DM, VDM 10.000 m	Arena
14 maj	Scaniamilen	Terräng
1 juni	Herrgårdsstafetten	Asfalt
16 okt	Havslättsmarodören	Terräng
26 nov	Äspöloppet	Asfalt

## FÖR BARN OCH UNGDOM ARRANGERAS ÄVEN

Friidrottsskola 18-22 juni  
Happy Mil 1 sep

Kansli: Tel 0491-76 88 79  
Hemsida: [www.oskarshamnssk.se](http://www.oskarshamnssk.se)  
E-post: [oskarshamns.sk@telia.com](mailto:oskarshamns.sk@telia.com)



# Smålands representanter i Svenska Friidrottsförbundet

*Följande i distriktet bosatta personer har funktioner i vårt huvudförbund SFIF.*

**Anna Wessman**, Liedbergsgatan 49 C, 352 32 VÄXJÖ  
Tel: 070-686 94 25  
(Aktivas råd)

**Peter Hackenschmidt**, Kastellvägen 4, 554 66 JÖNKÖPING  
Tel. 0707-35 25 40, [phacken@bredband.net](mailto:phacken@bredband.net)  
(Veterankommittén)

## Adresser och telefonnummer till aktuella förbund etc.

### **SVERIGES RIKSIDROTTSFÖRBUND (RF)**

Idrottens Hus, 114 73 STOCKHOLM. Besöksadress: Fiskartorpsvägen 15 A, 114 33 Sthlm  
Tel. 08-699 60 00vx, Fax 08-699 62 00, [riksidrottsforbundet@rf.se](mailto:riksidrottsforbundet@rf.se)

### **SMÅLANDS IDROTTSFÖRBUND (DF) med SISU Idrottsutbildarna Småland**

Kansli: S:t Göransvägen 31, Postadress: Box 485, 551 16 Jönköping.  
Tel. 036-34 54 00 (vx). fax: 036-34 54 19. Exp.tid: månd-fred 9.00-16.00, lunch 12-13.  
[www.smalandsidrotten.se](http://www.smalandsidrotten.se) - [smif@smalandsidrotten.se](mailto:smif@smalandsidrotten.se) - BG: 496-7527. PG: 9 84 59-1.  
**Distriktsidrottschef: Rickard Strandberg** Tel. 036-34 54 05, 070-576 90 30,  
[rickard.strandberg@smalandsidrotten.se](mailto:rickard.strandberg@smalandsidrotten.se)



## SVENSKA FRIIDROTTSFÖRBUNDET (SF)

Heliosgatan 3, 120 30 Stockholm

Tel. 010-476 53 30, Fax 08-724 68 61, E-post: [info@friidrott.se](mailto:info@friidrott.se)

Hemsida: [www.friidrott.se](http://www.friidrott.se), PG 27 25-0. BG 332-1387.

Exp.tid. må-fre 8.30-16.00, lunch 11.30-12.30,

**GS: Stefan Olsson**, 010-476 53 41, 0703-49 21 41, [stefan.olsson@friidrott.se](mailto:stefan.olsson@friidrott.se)

**Tävling: Andreas Thornell**, 010-476 53 42, [andreas.thornell@friidrott.se](mailto:andreas.thornell@friidrott.se)

**Ekonomi: Karin Lundgren**, 070-566 89 66, [karin.e.lundgren@gmail.com](mailto:karin.e.lundgren@gmail.com)

**Hemsida, statistik- och regelansv.: A Lennart Julin**, 08-30 13 33b, 070-532 66 44, [lennart.julin@friidrott.se](mailto:lennart.julin@friidrott.se)

**Förbunds-kapten: Karin Torneklint**, 0706-70 60 42, [karin.torneklint@friidrott.se](mailto:karin.torneklint@friidrott.se)

**Trän/utbild: Anders Rydén**, 010-476 53 43, 070-317 18 54, [anders.ryden@friidrott.se](mailto:anders.ryden@friidrott.se)

Se vidare SFIF:s hemsida: [www.friidrott.se](http://www.friidrott.se)

## GÖTALANDSREGIONEN I FRIIDROTT

**Ordf. o GM-ansv. Karl-Gustav Holmgren**, Möllevägen 26, 243 36 HÖÖR,

Tel/fax: 0413-227 45, 070-550 31 79, [kgholmgren@hotmail.com](mailto:kgholmgren@hotmail.com)

**Serieansv.**

**Anita Norr-Ericson**, Ektorpsgatan 256, 603 74 NORRKÖPING

Tel. 073-373 08 95, [anita.norrericson@telia.com](mailto:anita.norrericson@telia.com)

**Hemsida:**

<http://iof2.idrottonline.se/SvenskaFriidrottsforbundet/Regionerna/GotalandsregionenFriidrott/>

**PG**

33 04 92-0

## SMÅLANDS IDROTTSHISTORISKA SÄLLSKAP

**Sekr: Ola Henriksson**, Mosstigen 14, 561 96 LEKERYD

Tel. 0725-55 90 14, [sm.idrottshistoriska@smihs.se](mailto:sm.idrottshistoriska@smihs.se)

Hemsida: [www.smihs.se](http://www.smihs.se)

## HPC, ATC och APD i VÄXJÖ

**HPC - High Performance Center** - bedriver diverse tester på elitidrottare, forsknings- och utbildningsverksamhet, fungerar som en mötesplats för ledare/näringsliv, m.m.

[www.hpcsweden.com](http://www.hpcsweden.com)

**ATC - Accredited Training Center** - med inriktning mot kast och mångkamp, innebär att IAAF rekommenderar Växjö som en av ett tiotal platser i världen för friidrottsstjärnor och tränare att söka sig till för träningsläger, utbildning, tester, rehab, m.m.

**ADC - Athletic Development Center** - är ett nationellt & internationellt utvecklingscenter som erbjuder elitaktiva att kombinera sin elitsatsning med akademiska studier.

[www.lnu.se](http://www.lnu.se)

## SMÅLANDS FRIIDROTTSGYMNASIUM (FIG)

Box 3007, 350 33 VÄXJÖ, hemsida: [www.figvaxjo.se](http://www.figvaxjo.se)

**Verksamhetsansvarig:** Cai Bolö, 070-399 12 54, [cai.bolo@vaxjo.se](mailto:cai.bolo@vaxjo.se)

# UTBILDNING OCH LÄGER 2016

## Våren

Föräldrautbildning  
Webbaserad

7-10 års utbildning (2 delar)  
16 jan del 1, Nybro  
31 jan del 2, Nybro

Plattformen (genomförs av SISU)

10-12 års utbildning (3 dagar/2 delar)  
12-13 mars del 1, Jönköping  
2 april del 2, Jönköping  
9-10 april del 1, Karlskrona  
23 april del 2, Karlskrona

14-17 års utbildning (4 dagar/2 delar)  
9-10 april + 23-24 april Göteborg

Löpleदारutbildning steg 1  
16-17 april, Växjö

Löpläger?  
23-24 April eller 21-22 Maj Växjö

Organisationsledarutbildning (friidrott)  
23 april, Blekinge  
april/maj, Skåne

Starterutbildning (distrikt)  
7 maj, Växjö

## Hösten

Föräldrautbildning  
Webbaserad

10-12 års utbildning (3 dagar/2 delar)  
Oktober del 1+2, Nybro

12-14 års utbildning (3 dagar/2 delar)  
November del 1+2, Växjö

Fördjupningsutbildning

Läger 13-14 års  
29-30 okt, Växjö

Läger 15-19 års  
25-27 nov, Växjö

Distriktdomarutbildning  
November, Växjö

Organisationsledarutbildning  
Nya FOL i samverkan med SISU  
Idrottsutbildarna

Webbaserade funktionärsutbildningar  
via UC-småland

**Inbjudningar:** Läggis löpande upp på [www.uc-smaland.se](http://www.uc-smaland.se)

**Utbildn.ansv:** Michael Ostreljus, 070-458 06 70, michael.ostreljus@gmail.com  
C/o Backund Finneryd 2, 591 97 FORSERUM

**UC Småland:** Ingela Nilsson, 070-349 92 77, ingelanilsson56@hotmail.com  
Evedalsvägen 94, 352 42 VÄXJÖ

## **Mer om Utvecklingscentrum (UC) Småland / Blekinge**

Svensk Friidrotts sätt att från 2008 hantera regional utbildnings- o utvecklingsverksamhet. Tidigare var det upp till varje SDF att på eget initiativ anordna friidrottens regionala utbildningar, många hade dock inte kompletta utbud och SvFIF ville styra upp det hela. Nu har flera av landets 23st SDF gått samman och bildat 8st UC, varje UC har "ett driftsansvarigt SDF" med ett utbildningsuppdrag från SvFIF reglerat i ett UC-avtal, samt är mottagare av ett UC-bidrag från SvFIF med huvudsakligt syfte att arvodera en UC-samordnare.

För Smålands del har vi alltid legat i framkant när det gäller utbildningar, t.ex. ett väl etablerat samarbete med SISU och redan tidigare jobbat kring ett komplett kursutbud. Vi samarbetade tidigare med Blekinge och efter några års uppehåll gör vi det nu igen. Skillnaderna för oss handlar mest om att SmFIFs utbildnings- och utvecklingsverksamhet numera sorteras "in under" den nya organisation "UC Småland / Blekinge", samt att "vi har ett uppdrag" och får mer bidrag från SvFIF för att köra kurserna. Som driftsansvarigt SDF är det dock fortfarande Smålands FIF som ansvarar för UC Småland / Blekinges verksamhet.

Om utbildningsuppdraget numera är tydligt finns inget uppdrag eller avtal på vad för övrig "utveckling" UC:t kan tänkas bedriva. Exempel på verksamhet vi har nu är att UC:t hyr Telekonsult Arena i Växjö 2h på lördagarna under vinterhalvåret där klubbarna mot självkostnadspris kan träna, anordnar ett flera årliga läger/utvecklingsträffar och projektet "Friidrott i samverkan".

**Utbildning, läger, projekt, temaveckan, m.m.**

**[www.uc-smaland.se](http://www.uc-smaland.se)**

# TRÄNARE

## **CERTIFIERAD COACH 45 poäng, Central utb.**

Urban Andersson, Norra Esplanaden 22 E, 352 31 VÄXJÖ, tel. 070-343 52 77

Ingemar Hedin, Ekstigen 1, 575 35 EKSJÖ, 0381-165 95, 070-322 53 23, ing.hedin@telia.com

Helena Jonsson Sjökvist, Glasrikets RC/Nybro, 070-204 01 53, 185jonsson@telia.com

## **ELITTRÄNARUTBILDNING 15 poäng, Central utb.**

Fredrik Ahlström Skogsgatan 24, 352 35, VÄXJÖ, tel. 0470/256 79

Urban Andersson, Norra Esplanaden 22 E, 352 31 VÄXJÖ, tel. 070-343 52 77.

Thomas Lindén Skorstensv.150, 393 63 KALMAR, tel. 0480/47 5006

Ingela Nilsson, Evedalsv. 94, 352 42 VÄXJÖ, 0470/627 40, ingelaniilsson56@hotmail.com

David Stridfeldt, Växjö, tel. 0701-70 05 41, david.stridfeldt@katedral.vaxjo.se

Håkan Widlund Sågmästarev. 26, 352 50 VÄXJÖ, tel. 0470/60522

## **SENIORTRÄNARUTBILDNING Central utb.**

Anders Andersson St. Skog, 333 93 SKEPPSHULT, tel. 0371/212 61 (Kast)

Kjell Andersson Sävgatan 3, 386 33 FÄRJESTADEN, tel. 0485/301 88,

0705/65 40 77 (Sprint, häck, medel o lång lopp, hopp, kast)

Nils-Erik Athler Wilhelm Petris väg 16B, 574 32 VETLANDA, tel. 0383/175 29 (Hopp)

Agne Bergvall Rödhakev. 8, 352 50 VÄXJÖ, 0470/696 96, fax 0470/696 90, (Mångkamp)

Jan Bengtsson Gamla vägen 29, 352 40 VÄXJÖ, tel. 0470/403 54 (Medel/lång)

Cai Bolö Fatbursvägen 2, 352 62 VÄXJÖ, tel. 0470/646 99 (Sprint/häck)

Göran Graberg, Cirkelvägen 12, 571 75 Fredrikdal, tel. 0380-262 43, goran@sifidrott.se (Löp)

Peter Hackenschmidt Kastellv. 4, 554 66 JÖNKÖPING, tel. 036/615 02 (Kast)

Anders Holmberg Gröndalsg. 4, 352 46 VÄXJÖ, tel. 0470/365 65 (Medel/lång)

Gösta Johansson Töllösegratan 13, 341 34 LJUNGBY, tel. 0372/862 99 (Löpning)

Thomas Lindén Skorstensv.150, 393 63 KALMAR, tel. 0480/47 5006 (Mångkamp)

Jonas Mellblom Södrabogränd 1, 352 51 VÄXJÖ, tel. 0470/72 95 18 (Kast)

Hans Sundewall Nybrovägen 8, 394 70 KALMAR, tel. 0480/47 17 51 (Spjut)

Arne Svensson Blodriskegatan 4, 386 32 FÄRJESTADEN, tel. 0485/300 47

(Hopp/Löpning, Slägga/Mångkamp)

Håkan Widlund Sågmästarev. 26, 352 50 VÄXJÖ, tel. 0470/60522 (Sprint/Häck)

## **JUNIORTRÄNARUTBILDNING Central utb.**

Johan Ahl Rönnäsvägen, 22, 341 33 LJUNGBY, tel. 0730/46 78 96

Ann Axelsson Värnamovägen 34, 553 39 JÖNKÖPING, tel: 036/12 17 43

Mats Björling Magistratsgatan 2, 392 35 KALMAR, tel. 0480/866 55,

mats.bjorling@edu.kalmar.se (Hopp, mångkamp)

Peter Dagerhem, Dalviksringen 10, 554 45 JÖNKÖPING, tel. 070-624 37 55

Mats Jismyr, Hemmansgatan 46, 573 38 TRANÅS, tel. 070-213 26 23, 076-774 39 81

Evert Kvist Sländvägen 16, 342 33 ALVESTA, tel. 0472/103 31

Dan-Filip Lundberg Ulvabäcksgatan 5, 341 31 LJUNGBY, tel. 0372/841 23

Carl-Gustaf Nilsson Vädursvägen 2, 393 51 KALMAR, tel. 0480/285 39, 070-444 31 02

Ingela Nilsson, Evedalsv. 94, 352 42 VÄXJÖ, 0470/627 40, ingelaniilsson56@hotmail.com

**Anders Nyqvist** Svartåv. 10, 573 34 TRANÅS, tel. 0140/31 13 55  
**Mats Olsson**, Syrenvägen 11, 352 50 VÄXJÖ, tel. 0470/669 55  
**Christer Persson**, Plöjarev. 2, 393 54 KALMAR, tel. 0480/255 41  
**Kjell Svensson**, Högliden 17, 570 80 VIRSERUM, tel. 0495-303 59, 073-837 91 79  
**Niclas Svensson**, Hovslätts IK/Jkpg, tel. 0732-00 12 44, 036167608@telia.com

## **UNGDOMSTRÄNARUTBILDNING eller dyligt Central utb.**

**Fredrik Ahlström** Skogsgatan 24, 352 35, Växjö, tel. 0470/256 79  
**Siw Dahlgren** Ringvägen 25, 573 41 TRANÅS, Tel/fax: 0140/135 31  
**Jan-Olof Damgren** Sjöåkravägen 107, 564 31 BANKERYD, tel. 036/37 13 77  
**Roger Didrick** Stenbergsgatan 20, 575 35 EKSJÖ, tel. 0381/140 66

## **INSTRUKTÖRER vid SmFIFs barn- och ungd.trän.utb. Central utb.**

**Owe Andersson** Linv. 8, 388 94 VASSMOLÖSA, tel. 0480/378 87  
**Henrik Björkholm** Drott. Kristinas väg 6b, 392 38 KALMAR, tel. 0480/49 12 16  
**Tommy Dahlbom**, S:a hamng.18, 45140 UDDEVALLA, 073-8355389, [tommy.dahlbom@iksisu.se](mailto:tommy.dahlbom@iksisu.se)  
**Lasse Elfgaard**, Klevstugevägen 28, 564 36 BANKERYD, tel. 076-323 21 39  
**Carina o Ulf Garpmo** Harvarev. 11, 382 39 NYBRO, tel. 0481/177 18  
**Ingemar Hedin**, Ekstigen 1, 575 35 EKSJÖ, 0381-165 95, 070-322 53 23, [ing.hedin@telia.com](mailto:ing.hedin@telia.com)  
**Christian Hedman**, Höstv. 14A, 352 37 VÄXJÖ, 076-161 25 19, [hedmanchristian6@gmail.com](mailto:hedmanchristian6@gmail.com)  
**Mikael Johansson**, Repslagargatan 9 B, 572 30 OSKARSHAMN, tel. 072/745 75 22  
**Emma Lagerqvist**, Lillgårdsv. 1, 352 50 VÄXJÖ, 070-149 34 38, [e.lagerqvist@hotmail.com](mailto:e.lagerqvist@hotmail.com)  
**Elin Nilsson**, Evedalsvägen 94, 352 63 VÄXJÖ, tel. 073-509 13 81  
**Ingela Nilsson** Evedalsv. 94, 352 63 VÄXJÖ, tel. 0470/627 40  
**Anders Nihlstedt**, Sjöbergs Gata 18, 386 30 FÄRJESTADEN, tel. 076-246 13 96  
**Mikael Nordin** Forutåväg 27C, 352 54 VÄXJÖ, tel. 0470/625 45  
**Daniel Nyman** Dalbovägen 3 A, 352 38 VÄXJÖ, tel. 0470-75 77 10, 073-992 71 01  
**Kristian Nyman**, Grönadalsg. 21, 352 46 VÄXJÖ, 070-650 00 05, [kristian\\_nyman@yahoo.se](mailto:kristian_nyman@yahoo.se)  
**Anders Nyqvist** Svartåv. 10, 573 34 TRANÅS, tel. 0140/31 13 55  
**Terese Sandberg** Fackelgatan 20, 561 33 HUSKVARNA, tel. tel. 070/42 32 763  
**Maria Tell**, Fogdegatan 6 C, 392 35 KALMAR, tel. 073-815 69 63, [maria.k.tell@telia.com](mailto:maria.k.tell@telia.com)  
**Mikaela Wieslander** Mercuriusv. 23 A, 352 64 VÄXJÖ, tel. 0470/298 37, 070-514 34 92  
**Ulf Wiik** Järpv. 4, 573 61 SOMMEN, tel. 0140/306 51

## **INSTRUKTÖRER vid SmFIFs löpstränarutbildning Central utb.**

**Jessica Gylfe**, 070-960 38 60, [jessica.gylfe@gmail.com](mailto:jessica.gylfe@gmail.com)  
**Daniel Evaldsson**, SK Graal/Ingelstad, 070-640 51 54, [daniel@dekada.se](mailto:daniel@dekada.se)  
**Helena Jonsson Sjökvist**, Glasrikets RC/Nybro, 070-204 01 53, [185jonsson@telia.com](mailto:185jonsson@telia.com)  
**Maria Lundgren**, Växjö

## **INSTRUKTÖRER vid SmFIFs Organisationsledarutb. Central utb.**

**Michael Ostrelius**, 070-458 06 70, [michael.ostrelius@gmail.com](mailto:michael.ostrelius@gmail.com)

## **UNGDOMSTRÄNARUTB. 14-17 år, del I o II, 3 grenar** Regional utb.

Johan Ahl Rönnäsvägen, 22, 341 33 LJUNGBY, tel. 0730/46 78 96

Leif Andreasson Gröna gat. 4, 575 33 EKSJÖ, tel. 0381/158 77

Sonny Bodén Emmagatan 4, 382 41 NYBRO, tel. 0481/162 36

Peter Fritz Mellangatan 43, 571 42 NÄSSJÖ, tel. 0380/141 49, 0736/8119 99

Anna-Karin Gabrielsson 0370-126 03, 0708-40 22 86, [annakarinn61@hotmail.com](mailto:annakarinn61@hotmail.com)

Carina o Ulf Garpmo Harvarevägen 11, 382 39 NYBRO, tel. 0481/177 18

Anders Grönvall Igelkottsv. 10, 553 07 JÖNKÖPING, tel. 036/18 44 77

Carita Hagberg-Lantz, Hordavägen 4, 352 50 VÄXJÖ, 0470/667 98, 076/161 10 51

Christian Hermansson Bryggareg. 8, 571 41 NÄSSJÖ, tel. 0380/758 03

Dan-Filip Lundberg Ulvabäcksgatan 5, 341 31 LJUNGBY, tel. 0372/841 23

Ivo Romè V. Parkg. 8, 576 32 SÄVSJÖ, tel. 0382/137 71

Jan Svensson, Häradsvägen 6, 561 43 HUSKVARNA, tel. 036-14 83 08, 070-633 31 77

Katarina Söderbäck Hasselstigen 10 A, 386 30 FÄRJESTADEN, tel. 0485/321 38

Suzanne Wiberg Blodriskevägen 1, 386 32 FÄRJESTADEN, tel. 0485/342 63

## **UNGDOMSTRÄNARUTBILDNING G- OCH BASKURSER,** Regional utb.

Ove Andersson Jakob smålänningsg. 10, 392 37 KALMAR, tel. 0480/378 87

Irmgard Davidsson Bofinksvägen 21, 556 25 JÖNKÖPING, tel. 036/758 25

Dennis Fagerberg Husaren 6B, 575 35 EKSJÖ, tel. 0381/163 44

Carl-Gustaf Nilsson Vädursvägen 2, 393 51 KALMAR, tel. 0480/285 39

Ingela Nilsson Evedalsv. 94, 352 63 VÄXJÖ, tel. 0470/627 40

Urban Persson Oxelgatan 8, 561 38 HUSKVARNA, tel. 036/14 14 77

Gunnar Svensson Västerlånggatan 13A, 392 33 KALMAR, tel. 0480/172 41

## **DOMARE/STARTERS o.dyl.**

### **LEG. ITO (International Technical Official)**

Kjell Ahnstedt, Lerdala solhem, 331 93 VÄRNAMO, 070-621 58 68, [kjell.ahnstedt@live.se](mailto:kjell.ahnstedt@live.se)

### **LEG. FÖRBUNDS TEKNISK LEDARE**

Kenthy Haglund Törnskateväg. 35, 331 41 VÄRNAMO, tel. 0370/462 42b, 070/627 84 00

Roland Gustafsson Barrstigen 3, 575 39 EKSJÖ, tel. 0381/61 15 00

Mats Nilsson Violgatan 2, 375 37 EKSJÖ, tel. 0381/149 55

Tommy Ursby, Trädv. 5, 352 53 VÄXJÖ, 0470-836 74, 0470-73 10 12, 070-638 91 39

### **LEG. FÖRBUNDSDOMARE**

Kjell Ahnstedt, Lerdala solhem, 331 93 VÄRNAMO, 070-621 58 68, [kjell.ahnstedt@live.se](mailto:kjell.ahnstedt@live.se)

Sten-Olof Almroth Klintvägen 15, 388 33 LJUNGBYHOLM, tel. 0480/311 60

Anders Andersson St. Skog, 333 93 SKEPPSHULT, tel. 0371/121 61b, 330 66a

Bo Björkholm Skorstensvägen 112, 393 63 KALMAR, tel. 0480/47 46 27

Henrik Björkholm Drott. Kristinas väg 6 B, 392 38 KALMAR, tel. 070/395 66 70

Thomas Borglin Ågatan 16, 331 33 VÄRNAMO, 0370/192 91, 070/594 60 65

Per-Åke Bramstedt Årteback 2170, 380 31 LÄCKEBY, tel. 0480/530 71

Per-Erik Dagerhem Enbärsgränd 10, 393 65 KALMAR, tel. 0480/47 35 08

**Tommy Dahlbom**, S:a hamng.18, 45140 UDDEVALLA, 073-8355389, [tommy.dahlbom@iksisu.se](mailto:tommy.dahlbom@iksisu.se)  
**Per Falkman** Egnahemsv. 93, 331 50 VÄRNAMO, tel. 0370/491 93, 073/776 75 97  
**Roland Gustafsson** Barrstigen 3, 575 39 EKSJÖ tel. 0381/61 15 00  
**Kenthy Haglund** Törn skatevägen 35, 331 41 VÄRNAMO, tel. 0370/462 42 b  
**Ingvar Hallin** Box 25, 385 03 SÖDERÅKRA, tel. 0486/213 20  
**Martin Joabsson**, Marsvägen 11, 352 60 VÄXJÖ, [martin.joabsson@gmail.com](mailto:martin.joabsson@gmail.com)  
**Mats Karlsson** Snickaregränd 13, 352 50 VÄXJÖ, tel. 0470/690 52  
**Anders Lantz**, Hordavägen 4, 352 50 VÄXJÖ, 0470/667 98, 070/65 39 558  
**Mats Malmind** Diskusvägen 11, 352 51 VÄXJÖ, tel. 0470/844 04  
**Ingela Nilsson** Evedalsvägen 94, 352 42 VÄXJÖ tel. 0470/627 40  
**Christer Persson** Plöjarev. 2, 393 54 KALMAR tel. 0480/255 41  
**Joakim Persson**, Växjö.  
**Jan Sandberg** Tjädervägen 3, 352 42 VÄXJÖ tel. 0470/234 81  
**Hans Sundewall** Nybrovägen 8, 394 70 KALMAR, tel. 0480/717 51  
**Rolf-Inge Torstensson** Svallarp 5339, 575 93 EKSJÖ, tel. 0381/420 52  
**Tommy Ursby**, Trädv. 5, 352 53 VÄXJÖ, 0470-836 74, 0470-73 10 12, 070-638 91 39

## LEG. FÖRBUNDSBANMÄTARE

**Henric Dernegård**, Ålems OK/Timmernabben, 0499-232 00, [henric.dernegard@gmail.com](mailto:henric.dernegard@gmail.com)  
**Kent Lindblad**, Blomv. 2, 394 70 KALMAR, 070-955 03 64, [lindblad.kent@telia.com](mailto:lindblad.kent@telia.com)  
**Carl-Gustaf Nilsson** Vädursv. 2, 393 51 KALMAR, 070-444 31 02, [nilsson.calle@tele2.se](mailto:nilsson.calle@tele2.se)

## LEG. FÖRBUNDSSTARTERS

**Per Falkman** Egnahemsv. 9 J, 331 50 VÄRNAMO, 073-776 7597, [per.fman@swipnet.se](mailto:per.fman@swipnet.se)

## LEG. STARTERS INOM SMÅLAND REGIONSTARTERS

**Kenthy Haglund** Törn skatev. 35, 331 41 VÄRNAMO, tel. 0370/462 42b, 070/627 84 00  
**Carl-Gustaf Nilsson** Vädursv. 2, 393 51 KALMAR, 070/444 31 02, [nilsson.calle@tele2.se](mailto:nilsson.calle@tele2.se)  
**Anders Nykvist** Svartåvägen 10, 573 34 TRANÅS, tel. 070/230 25 00, 0140/31 13 55, 0140/684 58, [anders.nykvist@os.tranas.se](mailto:anders.nykvist@os.tranas.se)  
**Mats Olsson** Syrénv. 11, 352 50 VÄXJÖ, tel. 0470-74 54 26a, 070-554 01 55.  
**Mikael Roman** Furuvägen 7, Hånger, 331 94 VÄRNAMO, tel. 0370/414 04, 070/570 02 64  
**Rolf-Inge Torstensson** Svallarp 5339, 575 93 EKSJÖ, tel. 0381/420 52

## DISTRIKTSSTARTERS

är i distriktet övriga verksamma starters.

## LEG. FÖRBUNDELTIDTAGARE

**Fia P. Hammarbäck**, Brunörtsvägen 8, 352 51 Växjö, 0470-775515, [fia.permatz@spray.se](mailto:fia.permatz@spray.se)  
**Göran Holmqvist**, Ekmans Väg 34, 575 36 EKSJÖ, tel. 0381-146 45, 070-551 46 45  
**Ronny Krönvall**, Svartkråkev. 15, 331 42 VÄRNAMO Tel. 0370/163 98, 070/64 70 92, [ronny.kronvall@vmomail.se](mailto:ronny.kronvall@vmomail.se)  
**Anders Lantz**, Hordavägen 4, 352 50 VÄXJÖ, 0470/667 98, 070/65 39 558  
**Anders Petersson**, Lyckevägen 23, 352 49 VÄXJÖ, tel. 0470-656 99  
**Håkan Stenfelt**, Näktergalsvägen 25, 352 42 VÄXJÖ Tel. 0470-105 21  
**Tommy Ursby**, Trädv. 5, 352 53 VÄXJÖ, 0470-836 74, 0470-73 10 12, 070-638 91 39

# Smålands friidrottsföreningar

Föreningarna är ordnade kategorivis i AKTIVA A OCH AKTIVA B.

A = Föreningen bedriver själv arenafriidrott, eller har i alla fall aktiva som deltar på arenatävlingar. B = Föreningen har ej arenafriidrott på sitt program, möjligen att någon enstaka medlem deltar på arena på eget initiativ. Både A- och B-föreningar kan bedriva långloppsverksamhet och andra typer av motionarrangemang.

Ang. föreningarnas hemsidor så finns det länkar till dessa på SmFIF:s hemsida.

## REGLER FÖR INBJUDNINGAR TILL TÄVLINGAR

Sänd inbjudningar till: [markus.andersson@smfif.se](mailto:markus.andersson@smfif.se)

Eller med post till: **Smålands FIF**, Kungshallsv. 10, 382 43 NYBRO

Föreningar "AKTIVA A", [a-foreningar@smfif.se](mailto:a-foreningar@smfif.se)

Vid väg/terräng även till "AKTIVA B", [b-foreningar@smfif.se](mailto:b-foreningar@smfif.se)

Var noga med DM-tävlingar, att alla får inbjudan.

## AKTIVA A

*Har aktivitet på arena men ÄVEN landsväg/i terräng.*

		LÄN
<b>Alvesta FI</b>	<b>C/o Evert Kvist, Sländvägen 16, 342 33 ALVESTA</b> Tel 0472-103 31, <a href="mailto:info@alvestafriidrott.se">info@alvestafriidrott.se</a>	G
<b>Apladalens LK</b>	<b>C/o Mattias Vejklint, Brinkvägen 7, 331 35 VÄRNAMO</b> Tel: 090-205 73 88, 070-696 51 08, <a href="mailto:mattias@apladalenslk.se">mattias@apladalenslk.se</a> E-post: <a href="mailto:info@apladalenslk.se">info@apladalenslk.se</a>	F
<b>Atleticum Växjö SK</b>	<b>Box 7014, 350 07 VÄXJÖ</b> Jonas Hultgren, <a href="mailto:jonashultgren@hotmail.com">jonashultgren@hotmail.com</a> Agne Bergvall (ordf), <a href="mailto:agne@atleticum.net">agne@atleticum.net</a>	G
<b>Bottnaryds IF</b>	<b>Idrottsvägen, 565 76 BOTTNARYD</b> Greger Melin, tel. 036/206 61, 0708/44 29 82, <a href="mailto:gregermelin@hotmail.com">gregermelin@hotmail.com</a> , Göran Holst, tel. 036/205 32, <a href="mailto:goranholst@swipnet.se">goranholst@swipnet.se</a> , Sonny Stridh (ordf), tel. 036-12 12 10, 070-477 30 51, <a href="mailto:sonny.stridh@stenarecycling.se">sonny.stridh@stenarecycling.se</a>	F
<b>Eksjö Södra IK</b>	<b>Box 11, 575 21 EKSJÖ</b> Ordf: Filip Larsson, <a href="mailto:laarsson93@hotmail.com">laarsson93@hotmail.com</a> , 076-197 18 07 Jan Rudolfsson, <a href="mailto:jan.k.rudolfsson@gmail.com">jan.k.rudolfsson@gmail.com</a> , 070-483 73 58 Kassör: Sören Larsson, <a href="mailto:soren_solveig@msn.com">soren_solveig@msn.com</a> , 070-521 88 96	F
<b>Elmhults SC</b>	<b>Box 71, 343 21 ÄLMHULT</b> Göran Rydén (ordf), tel. 0476/719 75 (kassör) <a href="mailto:elsemarie.bengtsson@gmail.com">elsemarie.bengtsson@gmail.com</a>	G
<b>FIK Färjestaden</b>	<b>C/o Annelie G.Engström, Malmgatan 33, 386 60 MÖRBYLÅNGA H</b> Tel. 070-396 31 86, <a href="mailto:annelie.ages@hotmail.com">annelie.ages@hotmail.com</a> <a href="mailto:info.fikf@hotmail.com">info.fikf@hotmail.com</a> , Arne Svensson (ordf) tel 0485-300 47, 0708-300 470, <a href="mailto:arne.svens@hotmail.se">arne.svens@hotmail.se</a>	
<b>Glasrikets RC</b>	<b>Box 16, 382 21 NYBRO</b> Jan Arvidsson, tel. 070-229 03 65, <a href="mailto:ordforande@glasriketsrc.nu">ordforande@glasriketsrc.nu</a>	H

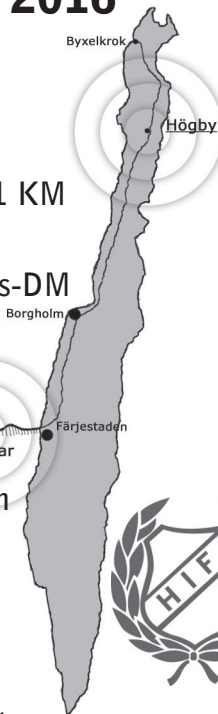


<b>SK Graal</b>	<b>C/o Almarsson, Bovägen 10, 285 34 MARKARYD</b>	G
	Tel. 070-885 61 84, <a href="mailto:info@skgraal.se">info@skgraal.se</a>	
<b>Habo FIF-04</b>	<b>Box 146, 566 23 HABO</b>	F
	<a href="mailto:info@habofriidrott.se">info@habofriidrott.se</a> , Åsa Hirsh 070-780 16 69	
<b>IK Hakarpspojarna</b>	<b>Norra Klevaliden, 561 93 HUSKVARNA</b>	F
	Tel. kansli 036-13 30 54, fax. 14 09 96, <a href="mailto:kansli@ikhps.se">kansli@ikhps.se</a> Anders Grönvall, tel. 070-952 47 94, <a href="mailto:a.gronvall@telia.com">a.gronvall@telia.com</a> Ordf. <a href="mailto:bjorn.engvall@bahnhof.se">bjorn.engvall@bahnhof.se</a>	
<b>IK Hinden</b>	<b>Box 26, 382 21 NYBRO</b>	H
	<a href="mailto:friidrotten@ikhinden.se">friidrotten@ikhinden.se</a> Patrik Eklund, tel. 0733-96 50 82, <a href="mailto:patrik eklund@ikhinden.se">patrik eklund@ikhinden.se</a>	
<b>Hovslätts IK</b>	<b>C/o Ann Axelsson, Värnamov. 34, 553 39 JÖNKÖPING</b>	F
	Tel. 036-12 17 43, 0733-10 40 16, <a href="mailto:ann.axel@telia.com">ann.axel@telia.com</a>	
<b>Hultsfreds LK</b>	<b>Slättvägen 14, 577 35 HULTSFRED</b>	H
	Anders Andersson, <a href="mailto:anders_runners@hotmail.com">anders_runners@hotmail.com</a> Ordf. <a href="mailto:jenni.leppelt@hultsfred.se">jenni.leppelt@hultsfred.se</a>	
<b>Högby IF</b>	<b>C/o Carl-Gustaf Nilsson, Vädursvägen 2, 393 51 KALMAR</b>	H
	0480-285 39, 070-444 31 02, kansli 0485-205 64, <a href="mailto:friidrott@hogbyif.se">friidrott@hogbyif.se</a>	
<b>Kalmar SK</b>	<b>Box 219, 391 22 KALMAR</b>	H
	Kansli tel. 0480-204 34, fax. 280 04, <a href="mailto:kalmarsk@hotmail.com">kalmarsk@hotmail.com</a>	
<b>Lekeryd-Svarttorp SK</b>	<b>C/o Jan Svensson, Häradsv. 6, 561 43 HUSKVARNA</b>	F
	Tel. 072-237 79 85, <a href="mailto:urban.fors@comhem.se">urban.fors@comhem.se</a>	
<b>Ljungby FIK</b>	<b>Box 851, 341 18 LJUNGBY</b>	G
	<a href="mailto:info@ljungbyfriidrott.com">info@ljungbyfriidrott.com</a> Paul Kowalski, tel. 076-134 30 05, <a href="mailto:paul.kowalski@telia.com">paul.kowalski@telia.com</a>	
<b>Markaryds FK</b>	<b>Box 62, 285 22 MARKARYD</b>	G
	Inge Karlsson, 070-331 96 35, <a href="mailto:inge.k@telia.com">inge.k@telia.com</a> Robert Axelsson, 0433-307 57, <a href="mailto:rexaxe@spray.se">rexaxe@spray.se</a> Ordf. Ann-Sofie Brink, 070-57 58 355, <a href="mailto:annsofie.brink@gmail.com">annsofie.brink@gmail.com</a>	
<b>Målilla-Mörlunda SK</b>	<b>Reino Thapper, Släntstigen 15, 570 84 MÖRLUNDA</b>	H
	tel. 0495-238 45, 24 55 00, 070-60 480 18, <a href="mailto:mmski@telia.com">mmski@telia.com</a>	
<b>OK Njudung</b>	<b>Box 42, 574 21 VETLANDA</b>	F
	Bengt Hessekrans, tel. 0383-108 75 (b), 0383-121 20 (a), <a href="mailto:mail@oknjudung.se">mail@oknjudung.se</a>	
<b>Oskarshamns SK</b>	<b>Box 33, 572 21 OSKARSHAMN</b>	H
	Tel. 0491/76 88 79, <a href="mailto:oskarshamns.sk@telia.com">oskarshamns.sk@telia.com</a> Ordf. Tomas Fanta 073-62 65 453, <a href="mailto:tomas.fanta@scania.com">tomas.fanta@scania.com</a>	
<b>Ruda IF</b>	<b>Idrottsvägen, 570 76 RUDA</b>	H
	Tel. 0491/222 39, Anna Ekberg, tel. 0491/222 74 <a href="mailto:anna.ekberg@hogsby.net">anna.ekberg@hogsby.net</a>	
<b>IK Sisu</b>	<b>Centralgatan 26D, 571 41 NÄSSJÖ</b>	F
	Kansli fax: 0380-741 84, <a href="mailto:info@iksisu.se">info@iksisu.se</a> Ordf. Marina Karlsson tel. 073-843 09 25, <a href="mailto:minan79@hotmail.com">minan79@hotmail.com</a>	

# Högby IF

## arrangerar 2016

- 30/5 Kalvinknatet  
18/6 Öland Ultra  
29/6 Böda Beach Run  
2/7 Kalmar Malkars 21 KM  
8/7 Böda Sandsloppet  
9-10/7 VDM o Mångkamps-DM  
17/7 Ölandsspelen med  
DM 5000m m.m.  
23/7 Hornsjön Runt  
27/7 Löttorpsvarvet  
3/8 ATEA Kalmarmilen  
6/8 Ölands Marathon  
27/8 Nattloppet Kalmar  
10-11/9 GM 13-14 år  
15/10 Ekerumsloppet  
31/12 Sylvesterloppet Kalmar



För mer info se [www.hogbyif.se/friidrott](http://www.hogbyif.se/friidrott)

E-post: [friidrott@hogbyif.se](mailto:friidrott@hogbyif.se), Tel. Calle Nilsson 070-444 31 02.

Skillingaryds FK	<b>Femkampsvägen 34, 568 30 SKILLINGARYD</b> Tel: 0370-716 82, <a href="mailto:karl-ges@hotmail.com">karl-ges@hotmail.com</a> , <a href="mailto:peterterp@telia.com">peterterp@telia.com</a> Carina Lindqvist tel. 0370-702 98	F
Skruvs IF	<b>C/o Reine Karlsson, Östra Infarten 28, 360 53 SKRUV</b> Tel. 0703-073 276 (Anders Jonsson), <a href="mailto:skruvsfriidrott@gmail.com">skruvsfriidrott@gmail.com</a> Ordf. <a href="mailto:reine-tour99@hotmail.com">reine-tour99@hotmail.com</a>	G
Stensjöns IF	<b>Svalövägen 7B, 571 73 STENSJÖN</b> Tel. 0380-910 45, <a href="mailto:stensjonsif@hotmail.se">stensjonsif@hotmail.se</a> C/o G. Graberg, Cirkelv. 12, 571 75 FREDRIKSDAL, tel. 0380-262 43 Ordf. Mette Bromander, <a href="mailto:mette.bromander@stjarnstans.se">mette.bromander@stjarnstans.se</a>	F
IFK Sävsjö	<b>Box 168, 576 24 SÄVSJÖ</b> Tel. 0382-130 80, <a href="mailto:kansli@ifksavsjo.se">kansli@ifksavsjo.se</a> Lena Johansson tel 0709-50 82 04, <a href="mailto:lena.johansson@savsjo.se">lena.johansson@savsjo.se</a>	F
Södra Vi IF	<b>Box 100, 598 71 SÖDRA VI</b> Tel. 0492-202 75, <a href="mailto:sodravi.if@telia.com">sodravi.if@telia.com</a> Ordf. Håkan Danielsson tel. 0492-202 87, 072-515 26 92, <a href="mailto:hadan@telia.com">hadan@telia.com</a>	H
Team Tete RC	<b>C/o Gustaf Klinga, Jungnergatan 17 B, 572 32 OSKARSHAMN</b> Tel: 070-777 97 61, <a href="mailto:teamtete@hotmail.com">teamtete@hotmail.com</a>	H
Tranås AIF FI	<b>Box 234, 573 23 TRANÅS</b> Siw Dahlgren, tel: 0140-135 31, <a href="mailto:siwtaif@telia.com">siwtaif@telia.com</a> Anders Nykvist tel. 0140-31 13 55, <a href="mailto:anders.nykvist@os.tranas.se">anders.nykvist@os.tranas.se</a> Ordf. <a href="mailto:soren.claeson@ho.tranas.se">soren.claeson@ho.tranas.se</a> och <a href="mailto:martina.klasson@atria.se">martina.klasson@atria.se</a>	F
Villstads GIF	<b>Villstad 125, 333 91 SMÅLANDSSTENAR</b> Tel. 0371/380 06 Anders Andersson, tel. 0371/330 66, 073/962 83 87, <a href="mailto:villstadsgif@hotmail.com">villstadsgif@hotmail.com</a>	F
Wärnamo SK	<b>Box 348, 331 23 VÄRNAMO</b> Arnold Gustavsson, 070-581 12 31, <a href="mailto:ordforande@warnamosk.se">ordforande@warnamosk.se</a> , <a href="mailto:mail@warnamosk.se">mail@warnamosk.se</a> , <a href="mailto:kassor@warnamosk.se">kassor@warnamosk.se</a>	F
Västerviks IF	<b>Johannesbergsvägen 6, 593 53 VÄSTERVIK</b> <a href="mailto:vastervikif-friidrott@hotmail.com">vastervikif-friidrott@hotmail.com</a> Jörgen Björnberg, tel. 0490-120 74, 073-062 48 03	H
IFK Växjö	<b>Box 3007, 350 33 VÄXJÖ</b> Kansli tel. 0470-161 16, <a href="mailto:info@ifkvaxjo.se">info@ifkvaxjo.se</a> Ordf. <a href="mailto:an.franzen@telia.com">an.franzen@telia.com</a>	G
Växjö LK	<b>Box 3007, 350 33 VÄXJÖ</b> <a href="mailto:vaxjoloparklubb@gmail.com">vaxjoloparklubb@gmail.com</a> Roland Gustbée, 0793-49 23 69, <a href="mailto:roland@gustbee.eu">roland@gustbee.eu</a>	G



Sista söndagen  
i augusti  
den 28/8

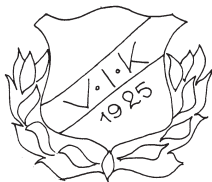
## VÄCKELSÅNGSLOPPET



18 olika klasser  
4 banlängder - 2.3, 4.5, 8.9 och 18.4 km  
Dessutom ett barnlopp för  
de allra yngsta.

Medalj till alla som fullföljer.

**UPPLYSNINGAR**  
tel. 070-318 10 86



## AKTIVA B

Har ingen aktivitet på arena.

<b>338 Småland Tri o Multisport SOK Aneby</b>	<b>C/o Johan Eriksson, Bergagatan 10A, 341 30 LJUNGBY</b> Mob. 070-566 60 45, <a href="mailto:johaneriksson@hotmail.se">johaneriksson@hotmail.se</a> <b>Jularpsvägen 6, 578 31 ANEBY</b> <a href="mailto:info@sokaneby.se">info@sokaneby.se</a> Anna Kallin tel. 0380-410 10, <a href="mailto:ordforande@sokaneby.se">ordforande@sokaneby.se</a>	G F
<b>Anderstorps OK</b>	<b>C/o Lennart Adolfsson, Stjärnehult Solhem, 334 91 ANDERSTORP</b> Tel. 070-541 58 68, <a href="mailto:lennart.adolfsson62@icloud.com">lennart.adolfsson62@icloud.com</a>	F
<b>Ankarsrums OK</b>	<b>Box 49, 590 90 ANKARSRUM</b> <a href="mailto:ankarsrumsok@passagen.se">ankarsrumsok@passagen.se</a> Björn Liljeholm, 0490-197 97, <a href="mailto:bjorn_liljeholm@hotmail.com">bjorn_liljeholm@hotmail.com</a>	H
<b>Björkshults IF</b>	<b>Villavägen 20, 579 93 GRÖNSKÅRA</b> Ulf Ekblad tel. 0481/701 30, <a href="mailto:ulf.ekblad@hogsby.net">ulf.ekblad@hogsby.net</a>	H
<b>Bodafors OK</b>	<b>C/o Stefan Reiver, Pär Hörbergs väg 31, 571 61 BODAFORS</b> Tel. 070-558 65 62, <a href="mailto:stefan.reiver@signalbyran.se">stefan.reiver@signalbyran.se</a>	F
<b>IFK Borgholm</b>	<b>Kungsgatan 2, 387 32 BORGHOLM</b> Kansli tel. 0485-100 95, <a href="mailto:ifkborgholm@telia.com">ifkborgholm@telia.com</a>	H
<b>Bredaryds SOK</b>	<b>Ringvägen 28, 330 10 BREDARYD</b> Lars-Göran Larsson, tel. 0370/807 23, <a href="mailto:info@bsok.se">info@bsok.se</a> , <a href="mailto:ekonomi@bsok.se">ekonomi@bsok.se</a>	F
<b>Brittatorp TK</b>	<b>C/o Sören Gränfors, Alms väg 5, 363 31 ROTTNE</b> Tel. 0470/914 95, 070-318 85 21, <a href="mailto:soren.granfors@gmail.com">soren.granfors@gmail.com</a>	G
<b>Burseryds IF</b>	<b>Box 41, 330 26 BURSERYD</b> Tel & Fax 0371-505 54, <a href="mailto:burserydsif@gmail.com">burserydsif@gmail.com</a> <a href="mailto:madelene.brandin@telia.com">madelene.brandin@telia.com</a>	F
<b>Böda IK</b>	Niclas Hansson 0371-50998, <a href="mailto:hansson.niclas@telia.com">hansson.niclas@telia.com</a> <b>Landsvägen, Norrböda 33, 380 74 LÖTTORP</b> Tomas Nilsson, tel. 0485/221 41, <a href="mailto:berit.harrysson@telia.com">berit.harrysson@telia.com</a> Hans-Göran Gustavsson, tel. 0485/211 11	H
<b>Emmaboda-Verda OK</b>	<b>C/o Peter Ekdahl, Östervägen 7, 361 42 LINDÅS</b> Tel. 0471-137 10, 0723-10 09 48, <a href="mailto:lopning@evok.se">lopning@evok.se</a>	H
<b>FK Finn</b>	<b>Box 843, 341 18 LJUNGBY</b> Finnstugan tel. 0372-150 41, <a href="mailto:info@fkfinn.com">info@fkfinn.com</a> Ingemar Ericsson, tel. 070-538 16 41, <a href="mailto:ingemar.ericsson@pmcswedrive.se">ingemar.ericsson@pmcswedrive.se</a>	G
<b>IF Friskis &amp; Svettis</b>	<b>Mosstegsgatan 12 A, 575 39 EKSJÖ</b> <a href="mailto:fs.eksjo@gmail.com">fs.eksjo@gmail.com</a>	F
<b>IF Friskis &amp; Svettis</b>	<b>Smedjegatan 6, 553 20 JÖNKÖPING</b> Emilia Thor 036-17 31 51, <a href="mailto:emilia@jonkoping.friskissvettis.se">emilia@jonkoping.friskissvettis.se</a> Ekonomi: <a href="mailto:lars@jonkoping.friskissvettis.se">lars@jonkoping.friskissvettis.se</a>	F
<b>IF Friskis &amp; Svettis</b>	<b>Borgmästaregat. 11, 392 35 KALMAR</b> Tel. 0480/225 24, fax 230 50, <a href="mailto:rune.johansson@fskalmar.com">rune.johansson@fskalmar.com</a> Nicklas Anderberg, tel. 0480/295 12, 0708/ 25 73 39	H
<b>IF Friskis &amp; Svettis</b>	<b>Långgatan 16, 341 32 LJUNGBY</b> Tel. 0372-814 56, <a href="mailto:kansli@ljungby.friskissvettis.se">kansli@ljungby.friskissvettis.se</a>	G

IF Friskis & Svettis	<b>Box 77, 285 22 MARKARYD</b> <a href="mailto:markaryd@friskissvettis.se">markaryd@friskissvettis.se</a>	G
IF Friskis & Svettis	<b>Grönadalsgatan 9, 382 44 NYBRO</b> Tel. 0481-510 15, <a href="mailto:fsnybro@telia.com">fsnybro@telia.com</a>	H
IF Friskis & Svettis	<b>Torpgatan 12, 385 31 TORSÅS</b> Tel. 0486-107 21, <a href="mailto:mrose47@hotmail.com">mrose47@hotmail.com</a>	H
IF Friskis & Svettis	<b>Bangårdsgatan 9 A, 574 31 VETLANDA</b> Tel. 0383-70 55 70, <a href="mailto:reception@vetlanda.friskissvettis.se">reception@vetlanda.friskissvettis.se</a> Lars-Ivan Petersson, 0383-132 41, 070-582 20 30	F
IF Friskis & Svettis	<b>Mirabels gata 4, 598 32 VIMMERBY</b> <a href="mailto:friskisvimmerby@live.se">friskisvimmerby@live.se</a>	H
Friskis&Svettis Växjö	<b>C/o Confido Redovisning AB, Annavägen 4, 352 46 VÄXJÖ</b> Helena Wulff, 070-220 19 69, <a href="mailto:info@vaxjo.friskissvettis.se">info@vaxjo.friskissvettis.se</a>	G
IF Friskis & Svettis	<b>Östra Esplanaden 20, 343 31 ÄLMHULT</b> Tel. 0476-133 00, <a href="mailto:info@almhult.friskissvettis.se">info@almhult.friskissvettis.se</a> Thomas Johansson, tel. 0476-811 92	G
Föra AIK	<b>C/o Per Arnér, Väsbylund, Kanalv. 4, 387 91, BORGHOLM</b> Tel. 0485/74466, <a href="mailto:kenth.oscarsson@telia.com">kenth.oscarsson@telia.com</a> , tel. 0485/262 22	H
Gamleby OK	<b>Box 60, 594 21 GAMLEBY</b> Hans Söderberg, tel. 0493/125 65, <a href="mailto:gok@home.se">gok@home.se</a>	H
OK Gisle	<b>C/o Jan Andersson, Sebjörnarp 20, 332 92 GISLAVED</b> Tel. 0371-805 96, <a href="mailto:okgisle@gmail.com">okgisle@gmail.com</a>	F
Gnosjö FK	<b>Fritidsvägen, 335 32 GNOSJÖ</b> Tel./fax: 0370/92670 Christer Park, Tel 0370/99837, <a href="mailto:Christer-park@telia.com">Christer-park@telia.com</a>	F
Hallaryds IF	<b>C/o Per-Anders Nilsson, Slättervägen 6 A, 343 96 HALLARYD</b> Tel. 070-587 20 18, <a href="mailto:hallarydsloppet@gmail.com">hallarydsloppet@gmail.com</a> Fakturor till: Hallaryds IF, Ävallen, 343 96 HALLARYD	G
IF Hallby SOK	<b>Axamo, Hallbystugan 1, 555 94 JÖNKÖPING</b> Tel. 036/73090, fax. 73145, Tomas Pettersson Hjelmkvist, 070-373 86 04, <a href="mailto:skidor@if-hallby.se">skidor@if-hallby.se</a>	F
Hestra SSK	<b>Isamon, 330 27 HESTRA</b> Tel: 0370-33 56 00, <a href="mailto:hssk@bahnhof.se">hssk@bahnhof.se</a> Ordf. Svante Leissner, tel. 0370-33 54 65	F
Hillerstorps Golf	<b>Box 40, 330 33 HILLERSTORP</b> Ordf. Ulf Nilsson 0707-76 38 91, <a href="mailto:uffe26292@telia.com">uffe26292@telia.com</a> Kassör Leif Mårtensson, <a href="mailto:leifmartensson@hotmail.se">leifmartensson@hotmail.se</a> Löpspekt. David Oxenlöv, 070-322 75 94, <a href="mailto:hgoif.running@gmail.com">hgoif.running@gmail.com</a>	F
Hossmo RC	<b>C/o Daniel Olsson, Manskärsvägen 11, 388 92 LJUNGBYHOLM</b> <a href="mailto:styrelse.hrc@niros.se">styrelse.hrc@niros.se</a>	H
Hultånäs SoFK	<b>C/o Claes-Göran Franzén, Rås 3, 570 80 VIRSERUM</b> Siv Josefsson <a href="mailto:hipptop@hotmail.com">hipptop@hotmail.com</a>	G
Ingelstad IK	<b>Box 4, 360 44 INGELSTAD</b> Tel/fax 0470-302 59, <a href="mailto:kansli@ingelstadik.nu">kansli@ingelstadik.nu</a> Jocke Svensson tel. 0470/382 88, <a href="mailto:jockes68@live.se">jockes68@live.se</a>	G
Jönköpings OK	<b>Åsabadet 1, 562 40 TABERG</b> Tel. 036/640 83, <a href="mailto:info@jonkopingsok.nu">info@jonkopingsok.nu</a>	F
Kalmar OK	<b>Box 135, 391 21 KALMAR</b> <a href="mailto:info@kalmarok.se">info@kalmarok.se</a>	H

# Ulfveloppet

Söndagen 18 september

*Inklusive **Långa Terräng-DM** för seniorer*

*Ett "riktigt" terränglopp. Gå, lunka eller löp!*

## Klasser:

12 km Män och Kvinnor. Motion

8 km Män och Kvinnor. Motion

5 km Män och Kvinnor. Motion

2,5 km P 02-03, F 02-03. Miniloppen

1 km P 04-05, F 04-05. Microloppen

P 06-07, F 06-07,

P 08-09, F 08-09.

300 m pojkar och flickor. Energiloppen

födda -10 el. senare (ingen tidtagning)

## Terräng-DM:

12 km Män.

8 km Kvinnor

Lagtävling 3 löpare (automatiskt)

## Starttider:

10.00 300m 10.20 2,5 km

10.10 1 km 10.45 5+8+12 km

**Priser:** Plakett/medalj till alla som fullföljer något lopp. Priser till de tre första i F/P 14, herr/dammotionsklasserna. Massor av priser lottas ut. DM-medaljer till de tre bästa i DM-klasserna.

## Startavgifter:

8 och 12 km 90 kr, 5 km 50 kr. Ungdomsklasserna gratis (vid föranmälan).

Vid efteranmälan (senast 1 timme före start) tillkommer 40 kr.

**Banbeskrivning:** Terrängen är fantastiskt vacker och bansträckningen är varierande men lättsprungen. De allra yngsta springer på en säker bana på Ulfveskog med stort publikstöd hela sträckan.

**Samling:** Idrottsplatsen Ulfveskog, Södra Vi, 10 km norr om Vimmerby.

**Övrigt:** Dusch o omklädning finns på Ulfveskog. Nummerlapp hämtas på Ulfveskog tävlingsdagen senast 1 timme före start. Deltagande sker på egen risk.

**Servering:** Dricka, kaffe/the, korv, fikabröd, frukt, godis m.m.

**Anmälan:** Senast 12/9 på mail: [sodravi.if@telia.com](mailto:sodravi.if@telia.com) eller [www.sodraviif.se](http://www.sodraviif.se)  
Anmälningsavgiften sätts in på bankgiro 432 – 1576.

**VÄLKOMNA TILL EN HÄRLIG SÖNDAG I SÖDRA VI-SKOGARNA!**

Södra Vi Idrottsförening, Mia 0492-202 75 må-to, Mats 070-523 27 76.

Kalmar RC	<b>Box 37, 391 20 KALMAR</b> <a href="mailto:info@kalmarrc.com">info@kalmarrc.com</a> Jonas Andersson, tel. 070-37 95 774, <a href="mailto:monicawilen@hotmail.com">monicawilen@hotmail.com</a>	H
Lenhovda IF	<b>Box 42, 360 73 LENHOVDA</b> Tel. 0474/21011, Fax.-21269, Pernilla Lundberg <a href="mailto:info@lenhovdaif.se">info@lenhovdaif.se</a>	G
Lönashults Golf	<b>Häldalavägen 12, 342 53 LÖNASHULT</b> Anders Svärd, 0470/75 72 56, 0459/38 669, <a href="mailto:anders.svard@telia.com">anders.svard@telia.com</a>	G
Misterhults AIS	<b>C/o Ulf Nilsson, Hultgårdsvägen 3, 572 95 FIGEHOLM</b> Tel. 0491 320 25b, 0491-76 40 64a, <a href="mailto:ulf.nilsson.rt@oskarshamn.se">ulf.nilsson.rt@oskarshamn.se</a>	H
OK Norrvirdarna	<b>Vallanäsvägen 8, 352 59 VÄXIÖ</b> Lars-Åke Sjökvist 076-180 29 07, <a href="mailto:info@varendgn.se">info@varendgn.se</a>	G
Ocab RC	<b>C/o Ocab Sanering i Kalmar AB, Tjuvbackev. 6, 392 39 KALMAR</b> Tel. 0480-478 931. Patrik Gustafsson, <a href="mailto:patrik.gustavsson@ocab.se">patrik.gustavsson@ocab.se</a>	H
Persnäs AIF	<b>Österskogsvägen 2, 387 70 LÖTTORP</b> Tel. 0485-251 59, <a href="mailto:persnas.aif@telia.com">persnas.aif@telia.com</a> Leif Gerhardsson 070-638 21 70, <a href="mailto:leif.gerhardsson@korpen.se">leif.gerhardsson@korpen.se</a>	H
IF Risinge LK	<b>C/o Pia Johansson, Risinge Solhäll, 360 43 ÅRYD</b> Tel. 0733-97 43 83, <a href="mailto:pia.a.johansson@gmail.com">pia.a.johansson@gmail.com</a> Andreas Bohman 076-393 01 99, <a href="mailto:andreas.j.bohman@gmail.com">andreas.j.bohman@gmail.com</a>	G
Rydaholms Golf	<b>C/o Åke Blomgren, Pilgatan 16, 330 17 RYDAHOLM</b> Tel. 0472-209 74, <a href="mailto:skidblomm@hotmail.com">skidblomm@hotmail.com</a>	F
Skillingaryds IS	<b>Vattugatan 2, 568 32 SKILLINGARYD</b> <a href="mailto:kansli@sis.nu">kansli@sis.nu</a> , <a href="mailto:ragnar.alkemark@live.se">ragnar.alkemark@live.se</a>	F
Skullaryds SK	<b>C/o Karl-Uno Sand, Rickelstorp, 575 91 EKSIÖ</b> Tel. 0381-710 67, <a href="mailto:kalle@sandsmaskin.se">kalle@sandsmaskin.se</a> , <a href="mailto:pac@dsmdata.se">pac@dsmdata.se</a>	F
Sommen-Bygdens SK	<b>C/o Magnus Gustavsson, Mossebogat. 20, 573 61 SOMMEN</b> Tel. 0140-304 41, Ulf Wiik 0140-306 51, <a href="mailto:holger-pettersson@telia.com">holger-pettersson@telia.com</a>	F
Storebro SC	<b>C/o Inge Ekström, Sevedegatan 5, 598 70 STOREBRO</b> Tel. 0492-304 71, <a href="mailto:sevedegatan5@telia.com">sevedegatan5@telia.com</a>	H
Team Runnershigh IF	<b>Dunkehällavägen 28 B, 554 47 JÖNKÖPING</b> Tel. 0739-22 33 31, <a href="mailto:info@teamrunnershigh.se">info@teamrunnershigh.se</a>	F
Tjust Bike o. RC	<b>Jättegatan 69, 593 52 VÄSTERVIK</b> Esbjörn Gustafsson, tel. 0490/321 63, <a href="mailto:esgustafsson@tele2.se">esgustafsson@tele2.se</a>	H
Trimate SK	<b>C/o Ulf Persson, Enighetensväg 53, 393 59 KALMAR</b> Ordf. <a href="mailto:ulf.persson.kalmar@outlook.com">ulf.persson.kalmar@outlook.com</a>	H
IF Träningsvärk 1	<b>C/o Ann-Christin Regnell, Fredsgatan 25 A, 593 32 VÄSTERVIK</b> Johanna Hammarstedt 0739-600 331, <a href="mailto:j_hammarstedt@hotmail.com">j_hammarstedt@hotmail.com</a>	H
Vimmerby SK	<b>C/o Ulf Lundh, Äläkrabacken 2, 598 91 VIMMERBY</b> <a href="mailto:info@vimmerbysk.se">info@vimmerbysk.se</a> , Ted Larsson 070-761 42 93	H
Visingsö AIS	<b>Brahevallen, 560 34 VISINGSÖ</b> Tel/fax: 0390-406 98 (klubbstugan), <a href="mailto:visingso_ais@hotmail.se">visingso_ais@hotmail.se</a> Cecilia Nordin tel. 073-931 85 69, <a href="mailto:cecilia_nordin@hotmail.com">cecilia_nordin@hotmail.com</a>	F
IK Vista	<b>C/o Arvid Öhrn, Pickarpsvägen 3, 561 46 HUSKVARNA</b> <a href="mailto:arvid.ohrn@gmail.com">arvid.ohrn@gmail.com</a>	F
OK Vivill	<b>C/o I. Badh, Kvarnaryd 10, 333 91 SMÅLANDSSTENAR</b> Tel: 0371-323 93, <a href="mailto:info@okvivill.se">info@okvivill.se</a> , Ola Samuelsson 0371-364 64	F
Väckelsångs IK	<b>Björkeborgsgatan 23, 360 14 VÄCKELSÅNG</b> Jenny Lavesson, tel 0470-335 53, 070-519 25 53, <a href="mailto:jennylavesson@hotmail.com">jennylavesson@hotmail.com</a>	G



Västerviks IK	<b>Box 207, 593 23 VÄSTERVIK</b> <a href="mailto:kansli@vikhockey.se">kansli@vikhockey.se</a> , Lars Jörbrink 070-55 55 213	H
Västerviks OK	<b>Vassbäcksv. 2, 593 53 VÄSTERVIK</b> <a href="mailto:kansli@vasterviksok.se">kansli@vasterviksok.se</a> , Rolf. E. Johansson, tel. 0490/307 60 Anna Hertin tel. 0490/103 64	H
Växjö AIS	<b>VAIS-TORPET, Fylleryd, 355 92 VÄXJÖ</b> Tel. 0470-236 79 Göran Sjöbäck tel. 0470-449 01, <a href="mailto:goransjobeck@hotmail.com">goransjobeck@hotmail.com</a>	G
Ålems OK	<b>C/o Tomas Holmström, Helgesbo 212, 384 93 ÅLEM</b> Tel. 070-634 20 27, <a href="mailto:helgesbo@telia.com">helgesbo@telia.com</a>	H
Ölmstads IS	<b>C/o Michael Eskilsson, Broddstorp, 563 93 GRÅNNA</b> Tel: 036-525 66, 036-523 63, <a href="mailto:info@olmstad-is.se">info@olmstad-is.se</a>	F
Örjansklubben	<b>C/o Ulf Hördegård, Johannesbergsvägen 1, 574 74 RAMKVILLA</b> Tel: 0474-140 740, <a href="mailto:ulf.hordegard@gmail.com">ulf.hordegard@gmail.com</a>	F

## EJ AKTIVA

*Har själva uppgett att de ska begära utträde ur SFIF och/eller betalar ej Service-avgift.*

Frödinge-Brantestads SK C/o Monica Nälgård, Humlestigen 5, 598 35 VIMMERBY	<a href="mailto:monicanal@home.se">monicanal@home.se</a>	H
--	--	---

## FÖRENINGSSAMMANSTÄLLNING

	F-LÄN	G-LÄN	H-LÄN	SUMMA
AKTIVA A	15	9	12	36
AKTIVA B	24	16	25	65
SUMMA	39	25	37	101

## KRETSSAMMANSLUTNINGAR

Jönköpings Friidrottskrets	C/o Ann Axelsson, Värnamov. 34, 553 39 JÖNKÖPING Tel. 036/12 17 43, 0733/10 40 16, <a href="mailto:ann.axel@telia.com">ann.axel@telia.com</a>
Ölands Idrottskrets	Carl-Gustaf Nilsson, Vädursv. 2, 393 56 KALMAR Tel: 0480-285 39, 070-444 31 02, <a href="mailto:nilsson.calle@tele2.se">nilsson.calle@tele2.se</a>
Kalmar Läns Friidrottskrets	AnnLis Hellsten, Homhällev. 20, 572 40 OSKARSHAMN (Vilande) Tel/fax: 0491-839 47, 0708-839 470, <a href="mailto:annlis.hellsten@bredband.net">annlis.hellsten@bredband.net</a>

# SMÅLANDS FRIIDROTTSFÖRBUNDS TÄVLINGSPROGRAM 2016

(Med inlagt centrala programmet och övriga aktuella tävlingar)

*Uppdaterat t.o.m. 10 april*

## NOV-15 Arrangör

8	sö	Söndagstävling, D, UT, arena inomhus	IFK Växjö
21	lö	Folkungaspelen, UT, arena inomhus	Linköpings GIF
21-22	lö-sö	Adventsspelen, UT, arena inomhus	Utby IK

## DECEMBER

5-6	lö-sö	Julkappsjakten, UT+, arena inomhus	Göteborgs KIK
12	lö	Tomtespelen, UT+, arena inomhus	KA 2 IF
17	to	Luciasprintern, D, UT+, arena inomhus	IFK Växjö

## JANUARI

9-10	lö-sö	Örebro Indoor Games, C, UT+, arena inomhus	KFUM Örebro
10	sö	<b>IVDM</b>	<b>Jkpg Friidrottskrets</b>
15-17	fr-sö	Scandic Indoor Games, C, UT+, arena inomhus	Huddinge AIS
16-17	lö-sö	KA2-spelen, UT+, arena inomhus	KA 2 IF
23-24	lö-sö	Best Western Games, C, UT+, arena inomhus	IFK Växjö
30-31	lö-sö	Pallaspelen, NT+, arena inomhus	IK Pallas
30-31	lö-sö	Norrköping Indoor Games, UT+, arena inomhus	Golf Tjalve

## FEBRUARI

6	lö	KRAFTMÄTNINGEN 17 ÅR	Huddinge AIS
6-7	lö-sö	<b>Stora IDM-helgen</b>	<b>SmFIF med hjälp i Växjö</b>
7	sö	IVSM FEMKAMP	Nyköpings BIS
13	lö	NOR-DEN/ISL-FIN-SWE	IFK Växjö
13	lö	P/F13 4x200m, M/K diskus+kula, D, arena inomhus	IFK Växjö
16	ti	Resultattävling, D, arena inomhus	Atleticum Växjö SK
17	to	Globen Galan, IAAF, arena inomhus	Hässelby SK, Spårv. FK
20	lö	M/K diskus, D, arena inomhus	IFK Växjö
20-21	lö-sö	STORA IJSM 19-22, IUSM 17	IFK Växjö
27-28	lö-sö	STORA ISM	Malmö AI
28	sö	Sunnakampen, UT, arena inomhus	KA 2 IF
28	sö	Mini-LM 10-11år, Jönköpings län	Jkpg Friidrottskrets

## MARS

4-6	fr-sö	STORA IVSM	Järvsö IF/Bollnäs
5	lö	P/F13-14 höjd+stav, D, arena inomhus	IFK Växjö
5	lö	Halmstad Indoor, UT+, arena inomhus	IFK Halmstad
5-6	lö-sö	STORA IUSM 15-16	IK Orient, Uddevalla
5-6	lö-sö	Växjö Inomhuskast, C, NT+, arena inomhus	IFK Växjö
5	lö	<b>IDM viktkastning</b>	<b>Inlagt ovan</b>
9	on	P/F12-14 60m+längd+kula, D, arena inomhus	IFK Växjö

12	lö	Vårtävling, grusväg 8+3,1km	Solvikingarna/Göteborg
12-13	lö-sö	GÖTALANDSMÄSTERSKAP 13-14 ÅR, INOMHUS	IK Ymer, Borås
12-13	lö-sö	ISM-IJSM-IUSM MÅNGKAMP	Örgryte IS
<b>12-13</b>	<b>lö-sö</b>	<b>IDM, IJDM 19, IUDM 17,15 mångkamp</b>	<b>Inlagt ovan</b>
12-13	lö-sö	EUROPACUP VINTERKAST	Arad, ROU
17-20	to-sö	IVM	Portland, OR
18	fr	P19 spjut, D, arena inomhus	IFK Växjö
19	lö	Annelundsrunдан, C, asfalt-gata, 10+5+1,1km	FK Finn
19	lö	Vårtävling, grusväg 16+32km	Solvikingarna/Göteborg
19-20	lö-sö	Växjömångkampen, D, UT 12-14år, inomhus	IFK Växjö
<b>19-20</b>	<b>lö-sö</b>	<b>IUDM 12,13,14 mångkamp</b>	<b>Inlagt ovan</b>
26	lö	VM HALVMARATHON	Cardiff, GBR
28	må	Hallarydsloppet, C, bl.u-lag, 21+9,8+6+3,2+1,2km	Hallaryds IF
29-3	ti-sö	IVEM	Ancona, ITA

## APRIL

2	lö	Marsträffen, D, UT+, arena inomhus	IK Hinden
2	lö	Vårcupen, C, UT, arena inomhus	Tranås AIF
10	sö	ÖM, UÖM, VÖM Terräng	Föra AIK
16	lö	Skälbyloppet, C, grus.park väg, 8+4+1,9+1,1+0,6km	Högby IF
23	lö	Vårstafetten, C, Bland u, 42195m + 34954m, 8 str.	Målilla-Mörl. SKI
23	lö	Ölands Tjurrus, D, obanat, 5+1,5 km	Högby IF
<b>24</b>	<b>sö</b>	<b>DM, JDM, UDM, VDM Terräng</b>	<b>SK Graal, Markaryds FK</b>
24	sö	Vårloppet, D, terräng 10+5+1 km	FIK Färjestaden
24	sö	Landsjön Runt, D, asf väg-gata, 12,5+6 km	IK Vista
30	lö	Ölands Kyrkstafett, C, asf-väg, 24/67km, 6/11 str.	Högby/Öl.Idr.krets

## MAJ

1	sö	Växjöloppet, C, bland u, 21+10+4,7 km	IFK Växjö
7	lö	Majspelen, C, UT+, arena	Oskarshamns SK
<b>7</b>	<b>lö</b>	<b>DM o VDM 10.000m</b>	<b>Inlagt ovan</b>
7	lö	Junespelen, C, UT+, arena	IK Hakarpspojarna
7	lö	Friskishalvan, C, 21,1+10 km	Friskis & Svetlis Jkpg
9	må	Vår Ruset Växjö, C, tjejlapp, bland u, 5 km	IFK Växjö
12	to	Vår Ruset Jönköping, C, tjejlapp, bland u, 5 km	IK Hakarpspojarna
13	fr	Lagårdsrännan, D, terr.stig, bland, 9+5+2 km	Skullaryds SK
14	lö	Scaniamilen, C, mot-spår, 10+5+2+1 km	Oskarshamns SK
14	lö	Wärnamo Kvartsmarathon, C, bland u, 10549m+5km	Wärnamo SK
14	lö	LAG-SM KVAL, grupp B	Mölnåls AIK
14	lö	NORDIC CHALLENGE 10.000 M	Allerød, DEN
14	lö	B-TEX Cup, C, UT+, arena	Villstad GIF
14	lö	Alvesta Throwing Day, C, UT+ VT, arena	Alvesta FI
17	ti	Papricalunken, D, grus/stig, 1,2 km	Glasrikets RC
17	ti	Linnéalunken, C, asf-gata, grus, 5 km	Glasrikets RC
20-22	fr-sö	VEM NON STADIA	Algarve, POR
21	lö	Göteborgsvarvet, Halvmarathon	Göteborgs FIF
21	lö	SM HALVMARATHON	Inlagt ovan

21	lö	Marknadsspelen, C, UT+, arena	Skrups IF
21	lö	<b>DM o UDM stafett</b>	<b>Inlagt ovan</b>
21	lö	<i>Lindsdal Runt</i> , C, asfalt 4,2+0,9 km	Kalmar SK
25	on	<i>Drottning Margaretaloppet</i> , C, tjejlopp, bland u, 5 km	Kalmar SK
26	to	<i>Kalvinknatet</i> , D, knattelopp, bland u, 1,3+0,8km	Ljungby FIK / MAI
27	fr	<i>Eksjö Stadslopp</i> , C, asf, 10+5+1+0,6 km	Eksjö Södra IK
28	lö	<i>England Runt</i> , C, bland u, 10+5+1,7 km	Markaryds FK
28	lö	Hindenspelen, C, UT+ arena	IK Hinden
28	lö	<b>Lag-UDM, kvalomgång 1, norra</b>	<b>Jönköp. Friidr.krets</b>
28-29	lö-sö	SM-JSM-USM STAFETT	Stadionklubbarna
29	sö	WSK Spelen, C, UT+, arena	Wärnamo SK
29	sö	<i>Vilden X-trail</i> , C, 10+6+2,8km, stigar/obanat	Jönköpings OK
30	må	<i>Kalvinknatet</i> , C, knatte, gräs/grus, 1,5+0,9+0,6km	Högby IF / MAI

## JUNI

1	on	Råslättspelen, C, NT+, arena	Jönköp. Friidr.krets
1	on	<i>Tjejlunken</i> , C, Tj, bland u, 6 km	OK Njudung
1	on	<i>Herrgårdsstafetten</i> , D, asf-väg-gata, 5 km, 5 str.	Oskarshamns SK
4	lö	<i>ASICS Stockholm Marathon</i>	Hässelby SK / Spårv.FK
4	lö	SM I MARATHON	Inlagt ovan
4	lö	<i>Mönsterås Stadslopp</i> , C, asfalt, 10+4+1,6+0,8km	Älms OK
4	lö	<i>Skomakareloppet</i> , D, bl.u, 9+4,5+1+0,3 km	Misterhults AIS
4	lö	<b>Lag-UDM, kvalomgång 1, södra</b>	<b>Samarr i Kalmar</b>
5	sö	GÖTALANDS-SERIEN, match 1, Div 1 M/K	Hovslätts IK, IKHP
5	sö	GÖTALANDS-SERIEN, match 1, Div 2 M/K	Kalmar SK
5	sö	GÖTALANDS-SERIEN, match 1, Div 3 M/K	Ljungby FIK
5	sö	KRAFTMÄTNINGEN, KVAL	Ljungby FIK
5	sö	EUROPACUP 10.000M	Mersim, TUR
6	må	<i>Möbelriket Trailrun</i> , D, terräng-stig, 10+5+2+0,2 km	OK Norrvirdarna
10	fr	<i>Vimmerbyloppet</i> , C, bl.u., 10+5+2+1+0,5 km	Vimmerby SK
11-12	lö-sö	<b>Stora DM-JDM-UDM</b>	<b>IK Sisu, Nässjö m.f.</b>
11-12	lö-sö	JNM-UNM MÅNGKAMP	Huddinge AIS
11-12	lö-sö	EST-FIN-SWE MÅNGKAMP	Huddinge AIS
12	sö	<i>Mighty Marsh Run</i> , D, obanat terräng, 10+5 km	Bredaryd SOK
15	on	SM, JSM 22, VSM 10 KM LANDSVÄG	Hässelby SK / Spårv.FK
16	to	Stockholm Bauhaus Athletics, Diamond League	Stadionklubbarna
18	lö	<i>Florhultsloppet</i> , D, blandat underlag 5 km	Glaskrikets RC
18	lö	<i>Öland Ultra</i> , C, 50+25 km	Högby IF
18-19	lö-sö	Bottnarydskastet, C, IT, arena	Bottnaryds IF
18-19	lö-sö	Laxaspelen, UT+ arena	IFK Halmstad
18-19	lö-sö	Rosenbomsspelen, UT+, arena	KA 2 IF
19	sö	Habo Challenge, C, UT+, arena	Habo FIF-04
19	sö	<i>LagaMilen</i> , C, 10+6+4+1 km	Skillingsaryds IS
21	ti	Folksam Challenge	IFK Umeå
22	on	Vätterspelen, C, NT+, arena	Hovslätts IK, Habo FIF
28	ti	Sollentuna GP	Häss, Spårv, Tureberg
29	on	<i>Böda Beach Run</i> , C, 10+5+2,5+1 km	Högby IF

## JULI

1-3	fr-sö	VNM		Odense, DEN
1-3	fr-sö	Världsongdomsspelen, UT+ arena		Göteborgs FIF
2	lö	EM BERGSLÖPNING		Arco, ITA
2	lö	VSM MARATHON		Östansjö SK
2	lö	<i>Kalmar Malkars 21 KM</i> , C, halvmar, asf-gata		Högby IF
2	lö	<i>Grevskapsloppet</i> , D, bl.u., 10+5+3+1 km		Visingsö AIS
5	ti	Veteran-ÖM		Högby IF
6-10	on-sö	EM		Amsterdam, NED
7	to	<i>Cityloppet</i> , D, asf-väg-gata, 6km		Oskarshamns SK
8	fr	<i>Byrundan</i> , C, asf-väg-gata, 8+4+1,5km		Gamleby OK
8	fr	<i>Böda Sandsloppet</i> , D, 6,5+5,5+4+3 km		Högby IF
8-10	fr-sö	Öresundsspelen, UT+ arena		IFK Helsingborg
<b>9-10</b>	<b>lö-sö</b>	<b>Stora VDM</b>		<b>Högby IF</b>
<b>9-10</b>	<b>lö-sö</b>	<b>DM, JDM, UDM Mångkamp</b>		<b>Högby IF</b>
10	sö	<i>Visans Skeppslloppet</i> , D, bland u. 8+4+2+1 km		Storebro SC
13	on	LAG-SM		Norrköping
14-17	to-sö	UNGDOMS-EM		Tblisi, GEO
15	fr	<i>Victorialloppet</i> , C, asf,grus väg-gata, 9+4+2+1,5 km		IFK Borgholm
17	sö	Ölandsspelen, C, UT+, arena		Högby IF
<b>17</b>	<b>sö</b>	<b>DM, JDM, UDM, VDM 5000m, 3000m, 2000m</b>		<b>Inlagt ovan</b>
19-24	ti-sö	JUNIOR-VM		Bydgoszcz, POL
22-24	fr-sö	STORA VSM		Söderhamns IF
23	lö	<i>Hornsjön Runt</i> , C, terr stig, 11+5,5+2,9+1,5 km		Högby IF
27	on	<i>Löttorpsvarvet</i> , D, 6,5+1,5+0,75 km		Högby IF
30	lö	<i>Ölandsjoggen</i> , C, 10+4+2,5+1,5 km		Persnäs AIF
31	sö	Senior- o Ungdoms-ÖM		Högby IF / FIK F-staden

## AUGUSTI

3	on	<i>ATEA Kalmarmilen</i> , C, asf-gata 10+1,2+0,4 km		Högby IF
5-7	fr-sö	STORA JSM 19-22, USM 17		Hässleholms AIS
5-7	fr-sö	STORA USM 15-16		Finish, H-holm, Pallas
6	lö	<i>Ölands Marathon</i> , C, asf-väg, 42.195m, inkl ÖM-VÖM		Högby IF
7	sö	<i>Hultanasloppet</i> , D, bland u, 13,4+6,7+3,5+1,2 km		Hultanas SoFK
12-21	fr-sö	OS		Rio de Janeiro, BRA
13	lö	GÖTALANDS-SERIEN, match 2, Div 1 M/K		Arr sökes
13	lö	GÖTALANDS-SERIEN, match 2, Div 2 M/K		Arr sökes
13	lö	GÖTALANDS-SERIEN, match 2, Div 3 M/K		Arr sökes
13	lö	Ränneborgsspelen, C, UT+, arena		Eksjö Södra IK
13-14	lö-sö	NORDISKA JUNIORLANDSKAMPEN		Reykjavik, ISL
14	sö	Sisu-spelen, C, UT+, arena		IK Sisu, Nässjö
16	ti	<i>Blodomloppet</i> , C, asf, grus, 10+5 km		Hovslätts IK
19	fr	<i>VP Citylopp</i> , C, asf väg-gata, 10+5+1,7+1+0,4 km		OK Njudung
19	fr	Ljungby Big Shot, IT, arena		Ljungby FIK

20	lö	Kräftspelen, C, UT+, arena	Villstad GIF
20	lö	LAG-USM	Huddinge
20-21	lö-sö	NORDISK-BALTISKA MÄSTERSKAPEN 22 ÅR	Leppävaara, FIN
<b>21</b>	<b>sö</b>	<b>Lag-DM</b>	<b>Habo FIF-04</b>
23	ti	Smålandspelen, C, UT+, arena	IFK Växjö
26	fr	Sävsjö Stadslopp, D, asf/väg, 10+5+1,6+1,2 km	IFK Sävsjö
26	fr	Hillerstorps Adventure Race, C, asf/grus, 10,4+5,2+1,5+0,4	H.GolF
26-28	fr-sö	FRIIDROTTS-SM	Turebergs FK
<b>27</b>	<b>lö</b>	<b>Lag-UDM, kvalomgång 2, norra</b>	<b>IK Sisu, Nässjö, m.f.</b>
27	lö	Göteborgsvarvets seedningslopp, C, 10 km	Växjö LK
27	lö	LöpRallarn, C, 20+10+2x10 km	IF Hallby, Bottn.IF
27	lö	Mullsjö x-trail ½ marathon, C	Mullsjö SOK
27	lö	Festivalloppet, D, bland u, 10+5 km	SK Graal
27	lö	Blomsterloppet, D, grusväg, 11,4+5,7+1,6+0,6 km	Ålems OK
27	lö	Nattloppet Kalmar, C, asf.gata-väg, 5,1 km	Högby IF
27-28	lö-sö	VVM BERGSLÖPNING	Susa, ITA
28	sö	Väckelsångsloppet, C bland u, 18,4+8,9+4,5+2,3 km	Väckelsångs IK
<b>28</b>	<b>sö</b>	<b>Lag-UDM, kvalomgång 2, södra</b>	<b>Ljungby FIK</b>
28	sö	VSM FEMKAMP	Säters IF

## SEPTEMBER

3	lö	H-freds hel+½ o Strandsmil, C, asf/grus, M+½+10+5+1,4+0,7km	HLK
<b>3</b>	<b>lö</b>	<b>DM, VDM Halvmarathon</b>	<b>Inlagt ovan</b>
3	lö	VSM HALVMARATHON	Inlagt ovan
3	lö	Smålandsstenarloppet, C, grusväg 14+7+1,5+0,85 km	OK Vivill
3	lö	Tranåsloppet, C, 15+10+5+2,6+1,8+1,2km	Tranås AIF
3	lö	Tjejimilen	Hässelby SK / Spårv.FK
3	lö	Karlskronaspelen, UT+ arena	KA 2 IF
<b>3</b>	<b>lö</b>	<b>Lag-UDM, final</b>	<b>Wärnamo SK</b>
3-4	lö-sö	FINNKAMPEN	Tampere, FIN
3-4	lö-sö	KRAFTMÄTNINGEN, FINAL	Linköpings GIF
4	sö	John Bauer Trail Run, C, kup. terr. 22,5+10 km	IK Hakarpspojkkarna
10	lö	DN Stockholm Halvmarathon	Spårv./Häss./Tureberg
10	lö	HIK-kampen, C, UT+, arena	Hovslätts IK
10	lö	VSM KASTMÅNGKAMP	Bottnaryds IF
<b>10</b>	<b>lö</b>	<b>VDM Kastmångkamp</b>	<b>Prel inlagt ovan</b>
10-11	lö-sö	SM-JSM-USM MÅNGKAMP	Falun
10-11	lö-sö	GÖTALANDSMÄSTERSKAP 13-14 ÅR, UTOMHUS	Högby IF
11	sö	Sunnerboloppet, C, bland u, 10+4,7+2,2 km	Ljungby FIK/FK Finn
11	sö	Tråddragarrundan, D, bland u, 8+5+3+1,5km	Gnosjö FK
17	lö	Mini-LM 9-11år, Kronoberg	Alvesta FI
17	lö	Alvesta Veteranspel, C, VT, arena	Alvesta FI
17	lö	Kalmarspelen Ingvar Thomssons minne, C, UT+	Kalmar SK
18	sö	Ulfvelloppet, C, terrst, grusv, 12+8+5+1,3+0,3 km	Södra Vi IF
<b>18</b>	<b>sö</b>	<b>DM lång terräng</b>	<b>Inlagt ovan</b>
23-25	fr-sö	Lidingöloppet	IFK Lidingö, Sthlm FIF
24	lö	Musikmilen, C, 10 km	IFK Växjö / Växjö LK
25	sö	TALF-spelen, C, UT+, arena	Tranås AIF
28			

## OKTOBER

1	lö	<i>Gummiloppet</i> , D, asf väg gata, 8+3,7 km	Rydaholms Golf
8	lö	<i>ÖIS-loppet</i> , D, terräng 13+5+1,5+0,4 km	Ölmstads IS
9	sö	<i>Höglandsloppet</i> , D, terr-stig, 10+5+2+1 km	IK Sisu, Nässjö
16	sö	<i>Havslättsmarodören</i> , D, terräng 6,5 km	Oskarshamns SK
16	sö	<i>Göteborgsvarvets seedningslopp</i> , C, 10 km	IK Hakarpspojarna
22	lö	<i>Växjö Marathon</i> , C, asf-väg, 42195m	Växjö LK
22	lö	<b>DM, VDM Marathon</b>	<b>Inlagt ovan</b>
27/8 - 23/10		<b>DM i Castorama</b>	<b>Hemmabanor</b>
22-23	lö-sö	SM-JSM-USM-VSM TERRÄNG	Västerås FK
22-23	lö-sö	IAU EM 24 timmar	Albi, FRA
26-6	on-sö	VVM	Perth, AUS
29	lö	IAU VM Ultratrail	Geres, POR

## NOVEMBER

12	lö	NM-JNM TERRÄNG	Kristiansand, NOR
12	lö	<i>Jämjöhalvan</i> , C, halvmarathon, 10+5 km	Team Blekinge LF
26	lö	<i>Äspöloppet</i> , D, 3,6km upp 14° genom tunnel	Oskarshamns SK

## DECEMBER

11	sö	EM-JEM TERRÄNG	Chia, ITA
31	lö	<i>Sylvesterloppet</i> , C, asf/väg, 10+5+1,8 km	Anderstorps OK
31	lö	<i>Sylvesterloppet Kalmar</i> , C, asf, 10+5+2,4+1,2+0,7km	Högby IF

## FÖRKORTNINGAR I TÄVLINGSPROGRAMMET

<b>VM</b>	Världsmästerskap	<b>UT</b>	Ungdomstävling uteslutande avsedd för juniorer/ungdomar
<b>EM</b>	Europamästerskap	<b>UT+</b>	Ungdomstäv. med vissa seniorgrenar
<b>NM</b>	Nordiska mästerskap	<b>VT</b>	Veterantävling
<b>SM</b>	Svenskt mästerskap	<b>FGP</b>	Folksam Grand Prix
<b>JSM</b>	Svenskt juniormästerskap	<b>V</b>	Vägtävling
<b>USM</b>	Svenskt Ungdomsmästerskap	<b>T</b>	Terrängtävling
<b>VSM</b>	Svenskt veteranmästerskap	<b>(C)</b>	Centralt sanktionerad tävling
<b>DM</b>	Distriktsmästerskap, J. U. V. efter samma princip som ovan	<b>(D)</b>	Distrikts sanktionerad tävling
<b>I</b>	före anger inomhus	<b>V-t</b>	Väg och/eller terräng tävling
<b>LM</b>	Länsmästerskap	<b>M</b>	Män, seniorer
<b>KOM</b>	Kommunmästerskap	<b>K</b>	Kvinnor, seniorer
<b>KRM</b>	Kretsmästerskap	<b>J</b>	Juniorer män o kvinnor
<b>IT</b>	Internationell tävling	<b>P</b>	Pojkar
<b>NT</b>	Nationell tävling med uteslutande seniorgrenar	<b>F</b>	Flickor
<b>NT+</b>	Nationell tävling med vissa grenar också för juniorer/ungdomar och/eller veteraner		Siffror ex 19,17,15 etc, anger ålder

# Välkomna till Eksjö Stadslopp

fredagen den 27 maj 2016



Klassindelning		Banlängd	Startavgifter			Starttid
			tom 22maj	tom 26 maj	TÄVLINGSdag	
<b>Män</b>	(alla åldrar)	10 000 m	150 kr	200 kr	300 kr	19:30
<b>Kvinnor</b>	(alla åldrar)	10 000 m	150 kr	200 kr	300 kr	19:30
<b>Motion</b>	(Män, Kvinnor)	5 000 m	150 kr	200 kr	300 kr	19:50
<b>M 50+</b>	(f 1966 el tidigare)	5 000 m	150 kr	200 kr	300 kr	19:50
<b>K 50+</b>	(f 1966 el tidigare)	5 000 m	150 kr	200 kr	300 kr	19:50
<b>P 12</b>	(född 04 - 05)	1 000 m	80 kr	100 kr	150 kr	18:55
<b>F 12</b>	(född 04 - 05)	1 000 m	80 kr	100 kr	150 kr	18:50
<b>P 10</b>	(född 06 - 07)	1 000 m	80 kr	100 kr	150 kr	18:45
<b>F 10</b>	(född 06 - 07)	1 000 m	80 kr	100 kr	150 kr	18:40
<b>P 8</b>	(född 08 - 09)	1 000 m	80 kr	100 kr	150 kr	18:30
<b>F 8</b>	(född 08 - 09)	1 000 m	80 kr	100 kr	150 kr	18:25
<b>P 6</b>	(född 10 o senare)	ca 600 m	50 kr	80 kr	100 kr	18:10
<b>F 6</b>	(född 10 o senare)	ca 600 m	50 kr	80 kr	100 kr	18:00

**Anmälan:** Via hemsidan, [www.stadsloppet.esik.nu](http://www.stadsloppet.esik.nu) fliken anmälan.

**Sista anmälningsdag: 22 maj**

Anmälan kan även göras hos Intersport Eksjö från 1 april.

**Nytt för året:** # Veteranklasser 5 km; M 50+ och K 50+

# 6 presentkort utlottas i M, K, M50+ och K50+, bland anmälda t.o.m. 22 maj

**Efteranmälan:** Kan göras fram till 1 timme före start vid nummerlappsutdelningen.

Avgift beroende på datum. Se ovan.

Betalning swish, kort eller kontant (jämna pengar).

**Information:** PM och bansträckningar publiceras på [www.stadsloppet.esik.nu](http://www.stadsloppet.esik.nu) senast 10 april

Kontrollmätt av legitimerad banmätare.

**Upplysningar:** Tävlingsledare Roger Didrick, mobilnr: 070 – 561 89 60 Mail: [r.didrick@telia.com](mailto:r.didrick@telia.com)



**Eksjö Södra IK**  
Friidrott



# VETERANCUPEN I MEDEL/LÅNGDISTANS

## Bestämmelser

- Poängberäkning: 7,6,5,4,3,2,1,1, osv i ALLA deltävlingar.  
(obs endast 4 p vid ensam start)
- För att räknas in i veterancupen måste man deltaga i minst TVÅ deltävlingar.
- 5 bonuspoäng vid delt i samtliga deltävlingar.
- Om två deltagare får samma poäng skiljer man dem åt genom att räkna flest segrar och nedåt. Går det inte att skilja på löparna så få de dela på medaljen.

## Tävlingar

April 24	Terräng 4 km	SK Graal/Markaryds FK (Terräng DM)
Maj 7	10.000 m	Oskarshamns SK (VDM 10.000m)
Juli 9-10	800m o 1500m	Högby IF (Stora VDM)
Juli 17	5.000m	Högby IF (Ölandsspelen / VDM 5.000m)
Sep 3	Halvmarathon	Hultsfreds LK (Hultsfreds Marathon / VDM ½-mara)
Okt 22	Marathon	Växjö LK (Växjö Maraton / VDM Marathon)

**Vandringspris:** Uppsatt av "Villstads-Egon" (ständigt vandrande):

Två deltagare inräknas oavsett klass.

**Priser i övrigt:** Guld-, silver och bronsmedalj till de tre bästa i resp. klass.

OBS Arrangör! Resultatlistor alltid till Vet.kom.ordf. Ronny Krönvall, Svartkråkevägen 15, 331 42 VÄRNAMO, e-post: [ronny.kronvall@vmomail.se](mailto:ronny.kronvall@vmomail.se)

## UPPSATTA VANDRINGSPRISER

**Eric Walls vandringspris till bästa DM-förening.**

Utgår till förening som under året samlat flest antal poäng efter följande bestämmelser:

DM för seniorer = 6, 5, 4, 3, 2, 1p. JDM 19 = 5, 4, 3, 2, 1p, UDM 17, 15 = 4, 3, 2, 1p.

UDM 14,13,12 = 3, 2, 1p, VDM = 2p.

Lag-DM/UDM 5 ggr ovan, Stafett- / terräng- / castorama-lag = 2 ggr, Ensamstart = 0,5 ggr.

**Rune Ohlssons vandringspris till bästa kastarflicka under året.**

Utses efter avslutad säsong av Smålands FIF:s styrelse.

**Skillingaryds FK:s vandringspris 5.000/10.000 för Män**

Ind. till bästa på de båda sträckorna sammanlagt lägsta platssiffra. Vid samma skiljer bästa placering och, i andra hand, sammanlagt tid. Erövrar för alltid vid 5 in-teckningar.

**Växjö LK:s vandringspris Halvmaraton/Marathon**

För män och kvinnor, annars samma bestämmelser som för 5.000m/10.000m ovan

**"Villstads-Egons" vandringspris i VETERAN-CUPEN**

Se ovan.

**Fabbe Biörcks SPRINTERPOKAL, Män**

Går till den med högst IAAF-poängsumma på 2st av grenarna 100m, 200m, 400m vid DM.

**"Villstads-Vanjas" SPRINTERPOKAL, Kvinnor**

Samma som ovan, men för kvinnor

**Wärnamo SK:s KASTPOKAL, Män**

Samma som ovan, men poängsumman på 2 av 4 kastgrenar

**Wärnamo SK:s KASTPOKAL, Kvinnor**

Samma som ovan, kvinnor.

# LEDIG ANNONSPLATS

<u>Priser</u>	<u>Halvsida</u>	<u>Helsida</u>
<b>Förening</b>	<b>400 kr</b>	<b>650 kr</b>
<b>Företag</b>	<b>450 kr</b>	<b>900 kr</b>

Vid intresse, kontakta [markus.andersson@smfif.se](mailto:markus.andersson@smfif.se) senast 31 mars  
(Kalendern trycks årligen under april månad)

## FÖRTJÄNSTUTMÄRKELSER I FRIIDROTT FÖR LEDARARBETE

SVENSKA FRI-IDROTTSFÖRBUNDET UTDELAR  
DIPLOM, FÖRTJÄNSTMÄRKE OCH FÖRTJÄNSTMEDALJ  
I SILVER.

SMÅLANDS FRI-IDROTTSFÖRBUND UTDELAR FÖR-  
TJÄNSTNÅL I SILVER OCH GULD + FÖRTJÄNSTPLAKETT.  
SE [WWW.SMFIF.SE/UTMARKELSER/UTMARKELSER.HTM](http://WWW.SMFIF.SE/UTMARKELSER/UTMARKELSER.HTM)

Rekv. från Smålands FIF, [markus.andersson@smfif.se](mailto:markus.andersson@smfif.se)  
**Jubileumsskriften 1955-04. Äldre statistik etc.**

Föreningar och enskilda som vill komplettera sitt arkiv.

### ÖNSKAR DU BESTÄLLA?

JUBILEUMSSKRIFT Smålands FIF 1955-04.....	50:-
Smål. FIF:s KALENDER tid. årgångar.....	25:-
SMÅLANDS-BÄSTA senaste .....	35:-
SMÅLANDS-BÄSTA tidigare .....	25:-
ÅRSBERÄTTELSE.....	25:-

## LOKALRADION/TV

Lämna information om Edra arrangemang före och efter.  
Lokalradion vill gärna ha det!

### RADIO JÖNKÖPING

551 92 Jönköping, tel. 036-30 50 00, Fax 30 50 05  
[www.sr.se/jonkoping](http://www.sr.se/jonkoping), [sport.jkpg@sverigesradio.se](mailto:sport.jkpg@sverigesradio.se)

### RADIO KRONOBERG

Box 62, 351 03 Växjö, tel. 0470-72 60 65, Fax 72 60 60  
[www.sr.se/kronoberg](http://www.sr.se/kronoberg), [sporten.kronoberg@sr.se](mailto:sporten.kronoberg@sr.se)

### RADIO KALMAR

391 83 Kalmar, tel. 0480-590 00  
[www.sr.se/kalmar](http://www.sr.se/kalmar), [sport.kalmar@sverigesradio.se](mailto:sport.kalmar@sverigesradio.se)

### SVT "SMÅLANDSNYTT"

Box 3050, 350 33 Växjö, tel. 0470-77 88 00, Fax 77 88 10  
[www.svt.se/smalandsnytt](http://www.svt.se/smalandsnytt), [smalandsnytt@svt.se](mailto:smalandsnytt@svt.se)

# Minneslista för RESULTATLISTOR

Efter varje friidrottstävling (stor som ett SM eller liten som en klubbtävling) skall arrangören sammanställa en fullständig resultatlista för tävlingen.

**I alla resultatlistor måste följande saker finnas angivna:**

Datum, Plats, Arrangör och Tävlingsledare. Samtliga resultat inkl. försök etc. Namn, födelseår och klubbtilhörighet på deltagare (Kräv uppgift vid anmälan!), redskapsvikt, häckhöjd och vind vid berörda grenar. Skriv resultatlista i klassföljd (män osv) och grenordning (100 m osv). Blanda ej!

## RESULTATLISTA FÖR TÄVLING SKALL SNARAST

(om möjligt inom 8 dagar) **SÄNDAS TILL:**

- **SFIF STATISTIK**, Heliosgatan 3, 120 30 STOCKHOLM
- **SMÅLANDS FIF**, [markus.andersson@smfif.se](mailto:markus.andersson@smfif.se)  
Kungshallsv. 10, 382 43 NYBRO
- **VARJE FÖRENING** som haft deltagare med
- **VARJE DISTRIKTSFÖRBUND** som haft deltagare med

## SAMT TILL SMÅLANDS FIF:S STATISTIKFÖRARE:

Ej terräng/långlopp, dock marathon och halvmaraton.

- **Anders Grönvall**, [a.gronvall@telia.com](mailto:a.gronvall@telia.com) (**Alla klasser**)  
Igelkottsvägen 10, 553 07 JÖNKÖPING
- **Göran Graberg**, [stensjonsif@hotmail.se](mailto:stensjonsif@hotmail.se) (**Veteraner, arena**)  
Cirkelvägen 12, 571 75 FREDRIKSDAL, tel. 0380-262 43 (**okt - april**)  
Svalövägen 7 B, 571 73 STENSJÖN, tel. 0380-910 45. (**maj - sep**)
- **Christer Svensson**, [christersvensson615@hotmail.com](mailto:christersvensson615@hotmail.com)  
Håkan Sjögrens väg 9 B, 352 39 VÄXJÖ (**Marathon o ½-marathon**)

Resultatlistor kan skickas med e-post eller vanlig post, dock räcker ej att lägga ut resultat på hemsidan.

**Slarva ej med resultatlistor,  
beakta det som står ovan!**



# Välkommen till BLODOMLOPPET i Jönköping 16 aug 2016



***HOVSLÄTTSS IK har äran att för 19:e gången, ihop med BLOD-CENTRALEN arrangerar Blodomloppet i Jönköping. Blodomloppet, där alla kan delta. Alla är välkomna!***

**START:** Första start går kl 18.30 i Knektaparken vid Rocksjön där även målet är. Du kan välja mellan att gå, lunka eller springa 5 eller 10 km med klasserna damer och herrar. Promenadklassen är utan tidtagning. Övriga kommer att få tid och även sin målgång filmad för att senare kunna gå in på [www.blodomloppet.se](http://www.blodomloppet.se) och se sig själv eller sina kamrater springa i mål. Alla som fullföljer får en T-shirt och medalj. Prisutdelning direkt efteråt.

**LAG:** Anmäl er gärna i ett lag om 5 pers där en Picknickkasse från ICA ingår i startavgiften. Det är valfritt inom laget att välja 5 eller 10 km. Lagdeltagarna deltar även individuellt.

**AVGIFT:** Startavgiften är 220 kr för individuell anmälan och 1100 kr för lag. Registrerade blodgivare erhåller 40 kr rabatt.

**ANMÄLAN:** Sista anmälningsdag är 1 augusti. Anmäl dig eller laget direkt via vår hemsida: [www.blodomloppet.se](http://www.blodomloppet.se) Där kan du även betala startavgiften med kort. Vill du hellre betala via plusgirot betalas avgiften till pg: 71 91 04 – 2, uppge order-nr du fick vid anmälan.

**EFTERANMÄLAN:** Efteranmälan för individuell start kan göras via hemsidan mellan den 2 augusti och 8 augusti eller på startplatsen (tävlingsdagen) mellan kl 15.00 och 18.00 mot en förhöjd avgift på 60 kr. Lag kan ej efteranmälas. Vill du göra ändringar i en anmälan (tex byta klass) kan detta endast göras på startplatsen (tävlingsdagen) mellan kl 15.00 och 18.00 mot en avgift på 50 kr.

## **PASSA PÅ ATT ANMÄLA DIG SOM BLODGIVARE!**

**NUMMERLAPPAR:** Nummerlappen hämtar du på Intersport A6 fredag 12:e aug mellan kl 15.00 och 20.00 eller lördag-söndag 13-14:e aug mellan kl 11.00 och 17.00.

**ALL NÖDVÄNDIG INFORMATION** om loppet finns på [www.blodomloppet.se](http://www.blodomloppet.se)  
Du kan även maila [jonkoping@blodomloppet.se](mailto:jonkoping@blodomloppet.se) eller ringa Hovslätts IK:s kansli 036-753 49 (OBS är inte alltid bemannat).

***Blodcentralen***  
**[www.geblod.nu](http://www.geblod.nu)**

# REGLER FÖR SANKTION

## och hur olika tävlingar anses sanktionerade.

Ansökan om sanktion, både distrikts och central, görs i FRIDA som föreningen kommer åt via sin friidrottshemsida på IdrottOnline.

### Ansökningsperiod

Central, inomhus: maj  
Central, utomhus: september  
Distrikts, inomhus: september  
Distrikts, utomhus: september

### Sanktionsavgift till SFIF

Arena 500 kr / dag  
Arena 500 kr / dag, Långlopp 1000 kr  
-  
-

Sista-datumen ovan, 31 maj och 30 sep, gäller för att komma med i Smålands och Sveriges tävlingsprogram "från början". Därefter gäller senast 10 dagar innan aktuellt tävlingsdatum, då krävs även upplysning via mail/tel/post till SmFIF då FRIDA-systemet ej kollas så ofta resten av året.

**Alla tävlingar ska vara sanktionerade för att distriktsrekord ska kunna sättas, även LM, Kretsmästerskap, etc.**

Övriga tävlingar som anordnas betraktas som klubbävlingar, resultat från dessa räknas till årsstatistik, men godkänns ej som distriktsrekord.



FRIDA

# PM för DM-tävlingar

Mästerskap för Smålands distrikt arrangeras varje år.

Mästerskapen indelas i: **1. "OFFICIELLA" DM** (Där RF:s DM-tecken utdelas till segrare och i: **2. "INOFFICIELLA" DM** (Där Smålands FIF:s fastställda DM-tecken utdelas till segrare.)

Förkortningar vid distriktsmästerskap: DM = Öppet för alla åldrar, JDM = Junior-DM 19år, UDM = Ungdoms-DM 12-17år, VDM = Veteran-DM och IDM = Inomhus-DM. M = Män, K = Kvinnor, P = Pojkar, F = Flickor.

## UTLYSNING/INBJUDAN

Arrangör skall sända inbjudan ca en månad innan sista anmälningsdag till föreningar klassade **AKTIVA A** och vid terräng-DM, 10.000m, 5.000m, marathon och halvmaraton även till föreningar klassade såsom **AKTIVA B**.

OBS: "för kännedom" även till: **SMÅLANDS FIF**, [markus.andersson@smfif.se](mailto:markus.andersson@smfif.se), Kungshallsv. 10, 382 43 NYBRO och till **TÄVL.KOM. ORDF.** Carl-Gustaf Nilsson, [nilsson.calle@tele2.se](mailto:nilsson.calle@tele2.se), Vädursv. 2, 393 51 KALMAR

## ANMÄLAN

Till DM-tävling skall anmälan vara arrangör tillhanda senast **tio dagar** före tävlingsdagen. EFTERANMÄLAN mot dubbel avgift, kan godkännas av arrangören.

## PRISER

**Vid off DM:** RF:s mästerskapstecken till segrare, Smålands FIF:s silver- resp. bronsmedalj till tvåa och trea.

**Vid inoff DM:** **UDM** = Smålands FIF:s medalj i guld, silver och brons till segrare, resp. tvåa och trea. **VDM** = Smålands FIF:s medalj i guld, silver och brons till segrare resp. tvåa och trea. **DM/UDM FÖR KLUBBLAG** = Smålands FIF spec. medalj i guld, silver och brons till samtliga deltagare finaldagen till resp. 1-a, 2-a och 3-e lag. Vid lagmästerskap (Staf. o lagtävl. i terräng) - skall tecken tilldelas även föreningen.

Arrangör står för alla kostnader i samband med DM-tävling, alltså även priser.

Undantag för: Lag-DM/UDM, Mångkamps-DM och Stafett-DM, där Smålands FIF står för priskostnaden.

## OM DM-ARR GÅR MED FÖRLUST

Om DM-arrangemang gått med förlust kan ekonomiskt bidrag sökas hos SmFIF mot ekonomisk redovisning. För att ta på sig ett DM-arr. skall arrangör göra bedömningen att nödvändiga förutsättningar finns för att genomföra tävlingen med ett ekonomiskt plus- eller nollresultat. Dvs om man redan i förhand tror på ett ekonomiskt underskott och planerar att söka bidrag från SmFIF för att täcka detta, skall man ej ta på sig DM-arr utan att först diskutera saken med SmFIF.

## ANMÄLNINGSavgIFTER

Arrangör äger rätt att uttaga följande anmälningsavgifter, som skall erläggas samtidigt med anmälan: (per delt. och gren).

**OBS:** Gäller vid rena DM-arrangemang. När DM är inlagt i annan tävling gäller tävlingens ordinarie avgifter även DM-grenar/klasser.

### **Arena, inom- och utomhus (utom 10.000 m)**

18 år o äldre =	80 kr
15-17 år =	60 kr
12-14 år =	40 kr

### **Arena 10.000 m, Terräng**

18 år o äldre =	100 kr
17 år o yngre =	60 kr

### **Hel- o halvmarathon**

18 år o äldre =	Arr bestämmer
-----------------	---------------

### **Stafetter**

18 år o äldre för lag =	200 kr
17 år o yngre =	150 kr

### **Mångkamp**

18 år o äldre =	200 kr
17 år o yngre =	150 kr

### **Klubblag**

DM = 400 kr per lag till arrangör. UDM = 250 kr per lag till Smålands FIF, som sen delas ut enligt 75kr/lag till kval-arrangör och 100kr/lag till final-arrangör.

**Efteranmälan:** 2 ggr. ordinarie avgiften.

### **OBS!**

När DM är inlagt i annan tävling är man automatiskt med i DM om man är anmäld för en förening som är ansluten till Svenska FIF / Smålands FIF, vilka som är detta framgår ju i förteckningen tidigare här i Kalendern. Arrangör får innan tävlingen kolla upp detta och "märka" varje deltagare med klass/klasser (Veteran är automatiskt med även i seniorklass enl. Smålands FIF:s särskilda beslut).

## ANTAL ANMÄLDA/STARTANDE FÖR ATT DM-TECKEN SKALL UTDELAS

Vid de officiella DM-en, där RF-tecknet utdelas måste minst två tävlande starta för att RF-tecknet skall kunna delas ut. Vid ensamstart blir man off. distriktsmästare men tilldelas SmFIFs guldmedalj istället för RF-tecknet. Beakta detta!

Vid de inofficiella DM-en som fastställts av Smålands FIF gäller följande:

Vid UDM/VDM, behöver endast en vara anmäld eller komma till start i resp. åldersklass för att mästerskapstecken skall utdelas. Ingen flyttning till lägre åldersklass skall förekomma i VDM.



## RESULTATLISTA

Efter hållen mästerskapstävling skall arrangör upprätta fullständig resultatlista. Resultatlista skall utsändas till berörda. (Ett ex. till: Svenska FIF, Statistikkommittén, Smålands FIF kansli, Smålands FIF:s statistikförare och till deltagande föreningar.) Kan sändas per e-post eller post, dock gäller inte att resultatlista endast utlägges på arrangörs hemsida.

**Se Minneslista för resultatlistor här i kalendern.**

Anm. Var noga med att födelseårtal skall anges på deltagarna - helst även i terräng-DM! Det senare för att man skall se att deltagare hamnat i rätt åldersklas. Vid maraton/halvmaraton skall födelseår anges. Vid DM/VDM inlagt i annan tävling kan lämpligen placering vid DM sättas i kolumner för seniorer och olika veteranklasser efter namn, klubb och tid, så behöver inte namnet upprepas mer än en gång. Vid DM-tävling uträknas och publiceras även poäng.

## TÄVLINGSJURY OCH SMÅLANDS FIF:S REPRESENTANT

Om Smålands FIF utsett representant för förbundet vid DM-tävling, skall denne ingå i utsedd tävlingsjury. Denne skall erhålla tävlingsinbjudan personligt till DM-tävlingen och ev. i förväg utsänt tidsprogram.

## UTLÄNDSK MEDBORGARE

som representerar en Smålandsklubb äger rätt att delta i UDM och VDM, under förutsättning att vederbörande äger rätt att delta i annan sanktionerad tävling. För DM M/K och JDM 19 gäller dock motsvarande regel som för SM, som betyder att tävlande ska vara folkbokförd och huvudsakligen vistats i Sverige sedan minst 1 år tillbaka och att han/hon ej samma kalenderår deltar i nationell mästerskapstävling i hemlandet.

## KLUBBDRÄKT

Skall bäras vid alla DM-tävlingar.

*I övrigt gäller Svenska Fri-Idrottsförbundets TÄVLINGSREGLER I FRI-IDROTT beträffande representation vid DM m.m. Se även FRIIDROTTSBOKEN.*

# GRENAR OCH KLASSER DM, JDM, UDM, VDM 2016

## UTOMHUS

### 24 APRIL. DM, JDM, UDM, VDM I TERRÄNG

Endagsarr. Åldersbundet utom i senior M/K.

Arr: SK Graal och Markaryds FK arrangerar i Markaryd.

M/K, P/F19, P/F17, P/F15, P/F14 och VET = 4km

P/F13, P/F12 = 2km

Lagtävling. (3-manna "automatiskt") I P/F 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.

### 7 MAJ. DM, VDM 10.000M

Endagsarr. Arr. Oskarshamns SK (inlagt i Majspelen).

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

Tiderna avgörande för plac. och "dubbelplicering" gäller i sen + egen klass.

### 21 MAJ. DM, UDM STAFETT

Endagsarr. Arr: Skruvs IF. (Inlagt i Marknadsspelen)

M/K: 4x100m, 4x400m, 3x1500m / 4x1500m

P/F 17: 4x100m, 3x800m

P/F 15: 4x80m, 3x800m

P/F 13: 5x60m, 3x600m, i laget kan yngre ingå.

Regler: En och samma ungdom får deltaga endast i en åldersgrupp (plus senior) men äger rätt att starta i högre åldersgrupp för att fylla ut ett lag. Dock måste laget innehålla minst två i aktuell åldersgrupp.

### 11-12 JUNI. STORA DM, JDM 19, UDM 17, 15, 14, 13, 12

Tvådagars. Arr: IK Sisu Nässjö med flera. (Åldersbundet utom i seniorer)

#### Dag 1

M, P19, P17: 100m, 400m, 1500m, 110mH, stav, längd, kula, spjut

P15, P14: 80m, 300m, 80mH, stav, längd, kula, spjut

P13, P12: 60m, 1500m, 60mH, stav, längd, kula, spjut

K, F19, F17: 100m, 400m, 1500m, 100mH, höjd, tresteg, diskus, slägga

F15, F14: 80m, 300m, 80mH, höjd, tresteg, diskus, slägga

F13, F12: 60m, 1500m, 60mH, höjd, tresteg, diskus, slägga

## Dag 2

M, P19, P17: 200m, 800m, 2/3000mH, 3/400mH, höjd, tresteg, diskus, slägga  
P15, P14: 800m, 1500mH, 300mH, höjd, tresteg, diskus, slägga  
P13, P12: 200m, 600m, 200mH, höjd, tresteg, diskus, slägga  
K, F19, F17: 200m, 800m, 1.5/2/3kmH, 3/400mH, stav, längd, kula, spjut  
F15, F14: 800m, 1500mH, 300mH, stav, längd, kula, spjut  
F13, F12: 200m, 600m, 200mH, stav, längd, kula, spjut

## REGLER DM-HELGEN

\* Max 3 grenar per dag i UDM 12-14år.

\* M+P19 och K+F19 kommer köras samtidigt och ge dubbla placeringar (för juniorerna) i de fall förutsättningarna varit densamma (oavsett hur den aktive är anmäld). I de grenar där det skiljer har junioren rätt att tävla med både senior- och juniorbetingelser, för EN startavgift. Dubbla anmälningar krävs dock.

\* 17 år o yngre kommer (till skillnad mot ovan) INTE få dubbla placeringar, inte heller i de fall de tävlar samtidigt som seniorerna - såvida de inte är dubbelt anmälda, då får man plac i båda egen+seniorklass, men också dubbla anmälningavgifter och vara beredd på att göra två starter.

## **9-10 JULI. STORA VDM**

Tvådagarsarr. Arr: Högby IF.

Lör M/K: 100m, 800m, 200/300/400H, 2/3000H, stav, längd, kula, diskus, vikt  
Sön M/K: 200m, 400m, 1500m, 80/100/110mH, höjd, tresteg, slägga, spjut, 4x100m  
I veteranstafetten måste laget innehålla minst två 50 år och äldre.

## **9-10 JULI. DM, JDM 19, UDM 17,15,14,13,12 I MÅNGKAMP**

Tvådagarsarr. Arr: Högby IF. Åldersbundet utom i seniorer.

M, P19: Tiokamp (1: 100m, längd, kula, höjd, 400m, 2: 110mH, diskus, stav, spjut, 1500m)  
P17: Tiokamp (1: 110m häck, diskus, stav, spjut, 300m. 2: 100m, längd, kula, höjd, 1000m)  
P15, P14: Åttakamp (1: 80m häck, diskus, stav, spjut, 2: längd, kula, höjd, 800m)  
K, F19, F17: Sjukamp (1: 100m häck, höjd, kula, 200m, 2: längd, spjut, 800m)  
F15, F14: Sexkamp (1: 80m häck, höjd, kula, 2: längd, spjut, 600m)  
P13, P12: Femkamp (60m häck, längd, spjut, höjd, 600m)  
F13, F12: Femkamp (60m häck, höjd, spjut, längd, 600m)

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

## **17 JULI. DM, VDM, JDM, UDM 5000M, 3000 o 2000M**

Endagsarr. Arr: Högby IF (Inlagt i Ölandsspelen)

M/K, P19, M/K vet: 5000m (räknas "dubbelt", egen åldersklass + sen.)

F19, P/F17: 3000m

P/F 15, 14: 2000m

## **27 AUG - 23 OKT. DM I CASTORAMA**

Föreningars arrangemang på hemmabanor. Ej åldersbundet.  
M/K. Individuellt och lag.

## **3 SEP. DM, VDM HALVMARATHON**

Endagsarr. Arr: Hultsfreds LK (Inlagt i Spring Hultsfred)  
M och K. M35 o.s.v. upp till M80. K35 o.s.v. upp till K75.  
Räknas "dubbelt" egen åldersklass + seniorer.

## **10 SEP. VDM KASTMÅNGKAMP**

Endagsarr. Arr: Bottnaryds IF. (Inlagt i VSM kastmångkamp)  
M/K 35, 40, osv i 5års-intervaller: Kastmångkamp

## **18 SEP. LÅNG-DM I TERRÄNG**

Endagsarr. Arr: Södra Vi IF (Inlagt i Ulfveloppet)  
M 12km  
K 8km  
Lagtävling tremanna (automatiskt)

## **22 OKT. DM o VDM MARATHON**

Endagsarr. Arr: Växjö LK (Inlagt i Växjö Marathon)  
M och K. M35 o.s.v. upp till M80. K35 o.s.v. upp till K75.  
(Räknas "Dubbelt", egen åldersklass + sen.)

När DM är inlagt i annan tävling är man automatiskt med i DM om man är anmäld för en förening som är ansluten till Svenska FIF / Smålands FIF, vilka som är detta framgår ju i förteckningen tidigare här i Kalendern. Arrangör får innan tävlingen kolla upp detta och "märka" varje deltagare med klass/klasser (Veteran är automatiskt med även i seniorklass enl. Smålands FIF:s särskilda beslut).

## **ALLMÄNNA REGLER VID DM, JDM**

Vid Stora DM, 5000 m, 10000 m, mångkamp, hel- och halvmarathon, terräng och inomhus seniorer "räknas dubbelt" d.v.s. man kan plac. i seniorer och egen åldersklass för samma prestation.  
Kastredskap, häckhöjder etc skall vid DM-tävlingar vara de nationellt gällande vid SM etc.

### **OBS OBS - POÄNGTÄVLING - VID DM**

Vid samtliga DM, JDM, UDM o VDM bör arrangör göra en inoff. poängberäkning (Eric Wall, eller Medaljpoäng 3, 2, 1) för att få fram klubbarnas poäng. Skall publiceras i den officiella resultatlistan. Gäller även vid stafetter och lagtävling i terränglöpning.

# FÖR INOMHUS 2016 PLANERAS:

## STORA IVDM

Endagarsarr. Arr: Jönköpings Friidrottskrets.  
Vet M/K: 60m, 60m häck, höjd, längd, kula.

## STORA IDM, IJDM 19, IU DM 17, 15, 14, 13, 12, IVDM 200-800-3000

Tvådagarsarr. Arr: Smålands FIF med funktionärshjälp i Växjö.

M/K: 60m, 200, 400, 800, 1500, 3000, 60H, höjd, stav längd, tresteg, kula, vikt

P/F 19, 17: 60m, 400m, 1500m, 60m häck, höjd, stav, längd, tresteg, kula, vikt

P/F 15: 60m, 200m, 1000m, 60m häck, höjd, stav, längd, tresteg, kula, vikt

P/F 14: 60m, 200m, 1000m, 60m häck, höjd, stav, längd, tresteg, kula

P/F 13, 12: 60m, 200m, 800m, 60m häck, höjd, stav, längd, tresteg, kula

Vet M/K: 200m, 800m, 3000m

## IDM, IJDM 19, IU DM 17, 15 I MÅNGKAMP

Tvådagarsarr. Inlagt i ISM, IJSM, IUSM Mångkamp.

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

K, K19: 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)

## IU DM 14, 13, 12 I MÅNGKAMP

Tvådagarsarr. IFK Växjö (Inlagt i Växjömångkampen)

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

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

P 13, 12: 4-kamp: (60m häck, längd, kula, höjd)

F 13, 12: 4-kamp: (60m häck, höjd, längd, kula)

# DM FÖR KLUBBLAG 2016

## 21 AUG, ARR: HABO FIF-04

Anmälan och startavgift (400kr) direkt till arrangören.

**Grenar, män:** 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 3000m\*, 5000m, 110m häck, 400m häck, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, stafett 1000m.

**Grenar, kvinnor:** 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 3000m\*, 5000m, 100m häck, 400m häck, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, stafett 1000m.

\* 3000m slätt istället för 3000m hinder då idrottsplatsen saknar hinderbockar.

## 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.

# UDM FÖR KLUBBLAG 15, 13, 11

## DATUM O ARRANGÖRER

**Kval 1 Norra** Lör 28 maj Jkpg krets, Ann A, 036-12 17 43, 0733-10 40 16, ann.axel@telia.com  
**Södra** Lör 4 juni Högby IF m.f. i Kalmar, Calle Nilsson 070-444 31 02, friidrott@hogbyif.se

**Kval 2 Norra** Lör 27 aug IK Sisu, Nässjö Rolf E, 070-545 53 04, rolf.englund@iksisu.se  
**Södra** Sön 28 aug Ljungby FIK, Mia Jansson, 070-566 35 06, info@ljungbyfriidrott.com

**Final** Lör 3 sep Wärnamo SK, Kjell Ahnstedt, 070-621 58 68, kjell.ahnstedt@live.se

## GRENAR

### Pojkar och flickor 15

**Final:** 80m, 800m, 2000m, 80mH, höjd, längd, tresteg, kula, diskus, spjut, stafett 4x80m

### Pojkar och flickor 13

**Kval 1:** 60m, 600m, 60m häck, höjd, tresteg, diskus, spjut, stafett 5x60m

**Kval 2:** 200m, 1500m, 200m häck, längd, stav, kula, slägga, stafett 5x60m

**Final:** 60m, 200m, 1500m, 60m häck, höjd, längd, tresteg, kula, diskus, spjut, stafett 5x60m

### Pojkar och flickor 11

**Kval 1:** 60m, 600m, 60m häck, höjd, längd, kula, spjut, stafett 5x60m

**Kval 2:** 60m, 200m, 1500m, höjd, tresteg, kula, diskus, stafett 5x60m

**Final:** 60m, 600m, 60m häck, höjd, längd, tresteg, kula, diskus, spjut, stafett 5x60m

## REGLER

Lagets sammansättning: Ett lag måste bestå av minst tre deltagare.

Varje lag ställer upp med en deltagare per gren.

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

Antal försök: Fyra försök i längd, tresteg och i alla kast. Gäller både kval och final.

Byte av lag och/  
eller klass:

Tillåts mellan kval/final, däremot inte mellan kval 1 och kval 2.

Vid byte av klass gäller förstas byte uppåt i ålder, till ett äldre lag.

Deltagare får inte delta i två olika klasser vid samma tillfälle.

Poängberäkning:

Efter antalet deltagande lag matchdagen. Tex. 6 lag = 6, 5, 4, 3, 2, 1p  
Skulle två lag stanna på samma poäng, avgör antal grensegrar,  
därefter placering i avslutande stafetten.

Till final går:

Samtliga anmälda i P15 & F15.

I övriga klasser finns sex finalplatser/klass som fördelar sig mellan  
norra och södra gruppen utifrån antal startande i kvalomgång 1.

I en och samma klass kan en förening maximalt få två lag till final.

## ANMÄLAN M.M.

Anmälan:

11+13år: senast onsdag 6 april till [markus.andersson@smfif.se](mailto:markus.andersson@smfif.se)

15år: senast 10 dagar innan finalmatch till arrangören.

Laguppställning:

Lämnas till arrangören senast två dagar innan match.

Tidsprogram:

Sammanställs av arrangör och skickas till anmälda lag och SmFIF  
senast en vecka innan match, gärna tidigare.

Anmälningsavgift:

250kr/lag. SmFIF skickar faktura.

Strykningsavgift:

Ytterligare 250kr/lag för anmält lag som ej kommer till start.

Arrangörsbidrag:

SmFIF betalar till arrangör, 75kr/lag vid kval, 100kr/lag vid final.

Funktionärshjälp:

Deltagande IF ska vara beredda att hjälpa till med funktionärer.

## ANMÄLDA LAG

<u>Norra gruppen</u>	<u>P13</u>	<u>F13</u>	<u>P11</u>	<u>F11</u>	<u>Södra gruppen</u>	<u>P13</u>	<u>F13</u>	<u>P11</u>	<u>F11</u>
Eksjö Södra IK	1	1	1	1	Högby IF	1	1	1	1
Habo FIF-04	1	1	1	2	Kalmar SK	1	1	1	1
IK Hakarpspojarna	1	2	2	1	Ljungby FIK	2	2	1	2
Hovslätts IK		1	1	1	IFK Växjö	2	3	1	1
IK Sisu	1	1	1	2	Skrups IF	1			
Wärnamo SK	1	1	1	2					
IFK Sävsjö		1		1					
Tranås AIF			1	1					
Villstads GIF		1							
<u>Lekeryd-Svarttorp SK</u>		<u>1</u>							
<b>Summa anmälda</b>	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>11</b>		<b>7</b>	<b>7</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Prel antal till final</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>4</b>		<b>3</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>

# GÖTALANDSSERIEN 2016

Match 1 = 5 juni, match 2 = 13 aug. Hemsida: <http://iof2.idrottonline.se/>

[SvenskaFriidrottsförbundet/Regionerna/GotalandsregionenFriidrott/](#)

## Div 1 Kvinnliga

Hovslätts IK **arr 1**

IK Lerum

Falkenbergs IK

Åhus FIK

IK Orient

IK Ymer

**SÖKES arr 2**

## Div 1 Manliga

IK Ymer

IFK Lund

IK Hakarpspoj. arr 1

Hovslätt IK **arr 1**

IK Sisu

Fingspångs AIK

## Div 2 Kvinnliga

IK Hakarpspojarna

IF Kville

IF Hagen / Istrums SK

Kalmar SK **arr 1**

Högby IF

Trollhättan FIK

**SÖKES arr 2**

## Div 2 Manliga

Linköpings GIF

Habo FIF-04

Kalmar SK **arr 1**

FIK Färjestaden

IK Orient

Åhus FIK

## Div 3 Kvinnliga

Brattås CK

Ljunby FIK **arr 1**

FIF Gnistan

FIK Färjestaden

Tingbergs AIS

Hässleholms AIS

Varbergs GIF

IF Rigor

Sävedalens AIK

Örgryte IS

**SÖKES arr 2**

## Div 3 Manliga

Vittsjö GIK

FIF Gnistan

Ljunby FIK **arr 1**

Varbergs GIF

Tingbergs AIS

Eslövs IF

Istrums SK

IF Rigor

**Div 1:** 100, 200, 400, 800, 1500, 5000, 1500/3kH, 100/110H, 400H, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, 4x100m

**Div 2 M1:** 100, 400, 800, 1500, 3000H(män), 100/110H, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, 4x100m

**M2:** 200, 400, 1500, 5000, 3000H(män), 400H, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, staf. 1000m

**Div 3 M1:** 200, 800, 5000, 100/110H, höjd, tresteg, diskus, spjut, staf. 1000m

**M2:** 100, 400, 1500, 3000H(män), 400H, stav, längd, kula, slägga, 4x100m

## SVENSKA FRIIDROTTSCUPEN MED LAG-SM

De fyra främsta vid fjolårets Lag-SM är direktkvalificerade, resterande två lag är vinnarna från de två kvalmatcher som går under våren.

### LAG-SM

#### MÄN

Spårvägens FK

Hässelby SK

Ullevi FK

Huddinge AIS

Kvalificerat lag från grupp A

Kvalificerat lag från grupp B

Lördag 1 juli, Arr: Sundsvall

#### KVINNOR

Ullevi FIK

Hässelby SK

IF Göta Karlstad

Spårvägens FK

Kvalificerat lag från grupp A

Kvalificerat lag från grupp B

### SVENSKA CUPEN, KVALMATCHER

#### MÄN

Mölnadalens AIK (fr. Lag-SM)

GöIF Tjalve

IFK Växjö

IF Kville

Högby IF

Örgryte IS (fr. Götalandsserien Div 1)

Grupp B, lördag 14 maj, Arr: Mölnadalens AIK.

#### KVINNOR

IFK Växjö (fr. Lag-SM)

Motala AIF

GöIF Tjalve

Mölnadalens AIK

IFK Lund

Linköpings GIF (fr. Götalandsserien Div 1)





## **IFK VÄXJÖ:S ARRANGEMANG 2016**

**1 maj            VÄXJÖLOPPET**

**9 maj            VÅR RUSET**

**23 aug        SMÅLANDSSPELEN**

**24 sep        MUSIKMILEN**

***Kontakta oss gärna för mer information!***

IFK Växjö, Box 3007, 350 33 VÄXJÖ  
Tel. 0470-161 16, mail: [info@ifkvaxjo.se](mailto:info@ifkvaxjo.se)  
Hemsida: [www.ifkvaxjo.se](http://www.ifkvaxjo.se)



# HÄCKREGLER

**Nytt 2014/2015**

A=Sträcka, B=Klass, C=Häckhöjd, D=Antal häckar, E=Från start till första häck, F=Mellan häckar, G=Från sista häck till mål

A	B	C	D	E	F	G
m		cm		m	m	m
60	M, M22	106.7	5	13.72	9.14	9.72
60	P19	100.0	5	13.72	9.14	9.72
60	P17	91.4	5	13.72	8.90	10.68
60	P15, P14, K, K22, F19	84.0	5	13.00	8.50	13.00
60	F17	76.2	5	13.00	8.50	13.00
60	F15, F14	76.2	5	12.00	8.00	16.00
60	P13, P12	76.2	6	11.75	7.65	10.00
60	<b>P11-10, F13-12-11-10</b>	<b>68.6</b>	6	11.75	7.65	10.00
<b>80</b>	P15, P14	84.0	<b>8</b>	13.00	8.50	<b>7.50</b>
80	F15, F14	76.2	8	12.00	8.00	12.00
100	K, K22, F19	84.0	10	13.00	8.50	10.50
100	F17	76.2	10	13.00	8.50	10.50
110	M, M22	106.7	10	13.72	9.14	14.02
110	P19	100.0	10	13.72	9.14	14.02
110	P17	91.4	10	13.72	8.90	16.18
<b>200</b>	<b>P13, P12</b>	<b>68.6</b>	<b>5</b>	<b>20.00</b>	<b>35.00</b>	<b>40.00</b>
<b>200</b>	<b>F13, F12</b>	<b>68.6</b>	<b>5</b>	<b>20.00</b>	<b>35.00</b>	<b>40.00</b>
300	P17	84.0	7	45.00	35.00	45.00
300	P15, F15, F17, P14, F14	76.2	7	45.00	35.00	45.00
400	M, M22, <b>P19</b>	91.4	10	45.00	35.00	40.00
400	K, K22, <b>F19</b>	76.2	10	45.00	35.00	40.00

## HÄCKREGLER FÖR VETERANER

60	M35-45	99,1	5	13,72	9,14	9,72
60	M50-55	91,4	5	13,00	8,50	13,00
60	M60-65	84,0	5	12,00	8,00	16,00
60	M70-75	76,2	5	12,00	7,00	20,00
60	M80+	68,6	5	12,00	7,00	20,00
60	K35	84,0	5	13,00	8,50	13,00
60	K40-45	76,2	5	12,00	8,00	16,00
60	K50-55	76,2	5	12,00	7,00	20,00
60	K60+	68,6	5	12,00	7,00	20,00
80	K40-45	76,2	8	12,00	8,00	12,00
80	K50-55, M70-75	76,2	8	12,00	7,00	19,00
80	K60+, M80+	68,6	8	12,00	7,00	19,00
100	M50-55	91,4	10	13,00	8,50	10,50
100	K35	84,0	10	13,00	8,50	10,50
100	M60-65	84,0	10	12,00	8,00	16,00
110	M35-45	99,1	10	13,72	9,14	14,02
200	K70+, M80+	68,6	5	20,00	35,00	40,00
300	M60-65, K50-55	76,2	7	50,00	35,00	40,00
300	K60-65, M70-75	68,6	7	50,00	35,00	40,00
400	M35-45	91,4	10	45,00	35,00	40,00
400	M50-55	84,0	10	45,00	35,00	40,00
400	K35-45	76,2	10	45,00	35,00	40,00

Anmärkning: På häckhöjderna gäller en tolerans på plus/minus 0.3 cm. Ex: På 60 m för M22 skall den verkliga häckhöjden hålla sig inom 106.4-107.0 cm.

# HINDER

	<b>91,4cm</b>	<b>76,2cm</b>
<b>1500m:</b>		P15, F15-17
<b>2000m:</b>	M22, P17-19	K22, F19, M60+, K35+
<b>3000m:</b>	M, M35-55	K

## REDSKAPSVIKTER

Nytt 2014

Klass	Kula kg	Diskus kg	Slägga kg	Spjut g	Boll g	Vikt kg
M, M22	7.26	2.0	7.26	800	–	15,88
P19	6.0	1.75	6.0	800	–	15,88
P17	5.0	1.5	5.0	700	–	11,34
P14, 15	4.0	1.0	4.0	600	–	9,08
P12, 13	3.0	0.6	3.0	400	300	–
K, K22, F19	4.0	1.0	4.0	600		9,08
F17	3.0	1.0	<b>3.0</b>	<b>500</b>	–	<b>7,26</b>
F14, 15	3.0	<b>0.75</b>	3.0	<b>500</b>	–	7,26
F12, 13	2.0	0.6	2.0	400	300	–

OBS Tillägg. Praxis för Smålands distrikt:

P10-11	2.0	0.6	2.0	400	300	–
F10-11	2.0	0.6	2.0	400	300	–

## REDSKAPSVIKTER FÖR VETERANER

M35-45	7.26	2.0	7.26	800	–	15.88
M50-55	6.0	1.5	6.0	700	–	11.34
M60-65	5.0	1.0	5.0	600	–	9.08
M70-75	4.0	1.0	4.0	500	–	7.26
M80+	3.0	1.0	3.0	400	–	5.45
K35-45	4.0	1.0	4.0	600	–	9.08
K50-55	3.0	1.0	3.0	500	–	7.26
K60-70	3.0	1.0	3.0	500	–	5.45
K75+	2.0	0.75	2.0	400	–	4.00

POJKAR 16-17 ÅR	BRONS	SILVER	GULD
100m	13.60	12.40	11.50
200m	28.30	25.30	23.30
400m	61.00	56.50	53.20
800m	2:23.00	2:10.80	2:02.00
1500m	5:20.00	4:40.00	4:15.00
3000m	10:40.00	9:50.00	9:15.00
2000m hinder (91,4cm)	8:50.00	7:40.00	6:50.00
110m häck (91,4cm)	19.30	17.50	16.00
300m häck (84cm)	52.00	46.50	42.00
Höjd	1.45	1.67	1.84
Stav	2.80	3.35	3.60
Längd	4.80	5.60	6.35
Tresteg	10.80	11.90	12.50
Kula (5kg)	8.50	11.00	13.80
Diskus (1,5kg)	23.00	33.00	41.00
Slägga (5kg)	27.00	34.00	41.00
Spjut (700g)	30.00	41.00	50.00

FLICKOR 16-17 ÅR	BRONS	SILVER	GULD
100m	15.00	13.85	12.75
200m	30.00	28.00	25.80
400m	75.00	66.50	60.50
800m	2:45.00	2:33.00	2:20.00
1500m	6:00.00	5:20.00	4:55.00
3000m	13:20.00	12:15.00	11:30.00
1500m hinder (76,2cm)	6:55.00	6:00.00	5:35.00
100m häck (76,2cm)	19.00	16.90	15.50
300m häck (76,2cm)	56.00	50.00	47.50
Höjd	1.35	1.48	1.62
Stav	2.25	2.55	2.80
Längd	4.25	4.75	5.30
Tresteg	8.90	10.00	11.00
Kula (3kg)	8.00	10.20	12.20
Diskus (1kg)	19.00	25.00	31.00
Slägga (3kg)	24.00	33.00	44.00
Spjut (500g)	21.00	28.00	38.00

POJKAR 14-15 ÅR	BRONS	SILVER	GULD
80m	11.40	10.50	9.80
300m	48.00	43.00	38.70
800m	2:30.00	2:20.00	2:08.00
2000m	7:30.00	6:50.00	6:20.00
1500m hinder (76,2cm)	6:00.00	5:30.00	5:00.00
80m häck (84,0cm)	14.80	13.10	12.30
300m häck (76,2cm)	54.50	49.00	45.90
Höjd	1.35	1.55	1.74
Stav	2.30	2.70	3.00
Längd	4.40	5.00	5.80
Tresteg	9.75	10.80	11.90
Kula (4kg)	9.00	10.80	12.80
Diskus (1kg)	21.00	30.00	39.50
Slägga (4kg)	18.00	25.00	32.00
Spjut (600g)	23.00	33.00	44.00

FLICKOR 14-15 ÅR	BRONS	SILVER	GULD
80m	12.50	11.40	10.50
300m	52.00	47.00	43.00
800m	2:55.00	2:40.00	2:23.00
2000m	8:30.00	7:40.00	7:05.00
1500m hinder (76,2cm)	7:20.00	6:30.00	5:50.00
80m häck (76,2cm)	14.70	13.50	12.65
300m häck (76,2cm)	58.00	51.50	48.60
Höjd	1.25	1.43	1.60
Stav	1.95	2.25	2.65
Längd	3.90	4.50	5.15
Tresteg	8.00	9.40	10.70
Kula (3kg)	7.30	8.40	10.60
Diskus (750g)	17.00	23.00	32.00
Slägga (3kg)	17.00	23.00	33.00
Spjut (500g)	16.00	22.00	31.00

För att erhålla ungdomsmärket 12-13 år skall den aktive klara minst tre grenresultat på minst bronsnivå.  
För silver resp guld skall minst två grenresultat klaras på den nivån.

POJKAR 12-13 ÅR	BRONS	SILVER	GULD
60m	9.50	8.85	8.40
200m	32.00	29.50	27.30
600m	2:06.00	1:55.00	1:43.00
1500m	6:00.00	5:20.00	4:50.00
60m häck (76,2cm)	12.80	11.50	10.40
200m häck (68,6cm)	37.00	34.00	31.00
Höjd	1.20	1.34	1.48
Stav	1.95	2.20	2.50
Längd (zon)	3.75	4.30	4.95
Tresteg (zon)	8.30	9.50	10.50
Kula (3kg)	7.00	8.50	10.20
Diskus (600g)	16.00	22.00	31.00
Slägga (3kg)	16.00	22.00	33.00
Spjut (400g)	18.00	26.00	33.00

FLICKOR 12-13 ÅR	BRONS	SILVER	GULD
60m	9.70	9.10	8.60
200m	34.00	30.70	28.00
600m	2:15.00	2:03.00	1:52.00
1500m	6:40.00	5:50.00	5:20.00
60m häck (68,6cm)	13.20	11.80	10.60
200m häck (68,6cm)	38.50	35.00	31.50
Höjd	1.14	1.28	1.44
Stav	1.75	2.00	2.30
Längd (zon)	3.50	4.10	4.75
Tresteg (zon)	7.30	8.75	10.00
Kula (2kg)	6.20	8.00	10.00
Diskus (600g)	13.00	18.00	25.00
Slägga (2kg)	13.00	20.00	28.00
Spjut (400g)	14.00	20.00	26.00

För att erhålla ungdomsmärket 11 år skall den aktive klara minst tre av nedanstående grenresultat.

11 ÅR	FLICKOR	POJKAR
60m	10.10	10.00
600m	2:18.00	2:10.00
60m häck (68,6cm)	14.20	13.90
Höjd	1.00	1.05
Stav	1.50	1.70
Längd (zon)	3.20	3.40
Kula (2kg)	5.60	6.00
Boll (300g)	18.00	24.00



# STOR-GRABB/TJEJ – MÄRKET

Förtjänstmärket för aktiva. Instiftat av Smålands IF 1933.

Utdelas fr.o.m. 1982 av Smålands FIF efter samma bestämmelser som förut gällt. För erövrande av märket erfordras minst 25 poäng.



	Tävling	Poäng för placering:						Mx pgn per tävl och år
		1	2	3	4	5	6	
OBS! Endast seniorklasser enligt tabeller	Olympiska spel OS	1	2	3	4	5	6	} 25
	Individuellt.....	25	25	25	22	19	16	
	lagtävling 1.....	25	25	25	21	17	13	
	lagtävling 2.....	10	6	3	-	-	-	
Anm. Lagtävling 1: Där deltagaren är förhandsnominerad. (stafetter)	Världsmäst. VM							} 25
	Individuellt.....	25	25	25	22	19	16	
	lagtävling 1.....	25	25	25	21	17	13	
	lagtävling 2.....	10	6	3	-	-	-	
Lagtävling 2: Där sammanräkning sker i efterhand (terräng)	Europamäst. EM							} 25
	Individuellt.....	25	21	17	13	9	-	
	lagtävling 1.....	25	20	15	10	6	-	
	lagtävling 2.....	7	4	2	-	-	-	
Anm. Om i landskamp/distr.match endast en delt. per land/distr. deltager gäller att enbart förlust ej ger poäng. Vid B mästerskap erh. ½ av angivn.	Nordiskt mäst NM o fler landskamp.							} 15
	Individuellt.....	15	10	7	4	1	-	
	lagtävling 1.....	12	8	5	2	-	-	
	lagtävling 2.....	5	3	1	-	-	-	
	Landskamper							} 12
	Individuellt.....	12	8	4	-	-	-	
	lagtävling 1.....	10	-	-	-	-	-	
	lagtävling 2.....	4	-	-	-	-	-	
	Svenskt mäst. SM							} 10
	Individuellt.....	10	6	3	-	-	-	
	lagtävling 1.....	8	5	2	-	-	-	
	lagtävling 2.....	3	1	-	-	-	-	
	Landskapsmatch och landsdelsmäst.							} 6
	Individuellt.....	6	4	2	-	-	-	
	lagtävling 1.....	5	-	-	-	-	-	
	lagtävling 2.....	2	-	-	-	-	-	
	Distriktsmäst. DM							} 5
	Individuellt.....	5	3	1	-	-	-	
	lagtävling 1.....	4	2	-	-	-	-	
	lagtävling 2.....	1	-	-	-	-	-	
	DM klubbtag.....	1	-	-	-	-	-	

Max 15 poäng pr år

Max 8 p per år

Anmälan om uppnått märke göres av förening till vårt förbund på blankett som erhålles från förbundet.

# SMÅLANDSREKORD T.O.M. 2016-03-31.

## MÄN

100m	10,30	Alexander Brorsson	IFK Växjö	2013	
200m	21,06	Alexander Brorsson	Atleticum Växjö SK	2014	
400m	46,29	Anders Faager	Wärnamo SK	1972	
800m	1,48,75	Patrik Johansson	IFK Växjö	1992	
1000m	2,20,98	Patrik Johansson	IFK Växjö	1993	
1500m	3,40,91	Patrik Johansson	IFK Växjö	1993	
1 mile	4,01,72	Patrik Johansson	IFK Växjö	1994	
3000m	7,59,20	Kent Claesson	Skillingaryds FK	1999	
5000m	13,31,54	Kent Claesson	Skillingaryds FK	1998	
10000m	28,53,6	Nils-Bertil Kalrsson	Västerviks IF	1973	
½-marathon	1,04,11	David Nilsson	Högby IF	2015	
Maraton	2,17,19	David Nilsson	Högby IF	2015	
		Carl-Johan Olofsgård	Södra Vi IF	1991	
100km	9,02,42	Kenneth Forsberg	Kalmar SK	1999	
3000mH	91,4	8,34,89	Henrik Ahnström	Brittatorps TK	2005
110mH	106,7	13,86	Alexander Brorsson	Atleticum Växjö SK	2014
400mH	91,4	51,41	Niclas Åkerström	IFK Växjö	2011
Höjd		2,22	Stefan Karlsson	IK Sisú	1981
Stav		5,75	Peter Widén	IFK Växjö	1991
Längd		7,62	Peter Widén	IFK Växjö	1987
Tresteg		15,71	Daniel Lennartsson	IFK Växjö	2009
Kula 7,26		19,74	Kristian Pettersson	IFK Växjö	1994
Diskus 2,0		62,58	Kristian Pettersson	IFK Växjö	1994
Slägga 7,26		75,78	Per Karlsson	IFK Växjö	2000
Spjut 800		76,16	Andreas Wulff	IFK Växjö	2005
Vikt		21,76	Per Karlsson	IFK Växjö	1993
Tiokamp		8.406e	Nicklas Wiberg	FI Kalmarsund	2009
Staf. 4x100m		41,10	IFK Växjö (Alexander Brorsson, Niclas Åkerström, Victor Ivarsson, Hannes Kvist Wirdmo)	2013	
Staf. 4x200m		1,28,2	Wärnamo SK (Stefan Norder, Curt Johansson, Sven-Olof Bystedt, Anders Faager)	1969	
Staf. 4x400m		3,14,4	Wärnamo SK (Sven-Olof Bystedt, Joel Svensson, Curt Johansson, Anders Faager)	1971	
Staf. 4x800m		7,29,25	IFK Växjö (Stefan Pettersson, Lars Pettersson, Magnus Sjövik, Patrik Johansson)	1991	
Staf. 4x1500		15,33,50	IFK Växjö (Frederic Karlsson, Kent Claesson, Mikael Anderson, Patrik Johansson)	1993	
Staf. 1000m		1,54,7	IFK Växjö (Owe Jonsson, Stefan Barck, Tore Hedner, Carl-Gustaf Johansson)	1961	

4x100m D-lag	42,83	Robert Eliasson, Noah Likhaya, Michael Silander, David Nillnor	1991
4x400m D-lag	3,24,10	Jerker Asplund, Jan-Åke Karlsson, Magnus Gustavsson, Frans Hällqvist	1992
St.1000m D-lag	1,55,7	Lars Åke Norberg, Joel Svensson, Curt Johansson, Anders Faager	1971

## Inomhus

60m	6,73	Alexander Brorsson	IFK Växjö	2013
200m	21,28	Alexander Brorsson	IFK Växjö	2014
400m	48,26	Niclas Åkerström	IFK Växjö	2011
800m	1,50,14	Patrik Johansson	IFK Växjö	1994
1500m	3,45,95	Kent Claesson	Skillingaryds FK	1997
1 mile	4,15,5	Peter Fallénius	OK Njudung	1988
3000m	7,48,44	Kent Claesson	Skillingaryds FK	1997
60mH 106,7	7,73	Alexander Brorsson	IFK Växjö	2013
Höjd	2,21	Stefan Karlsson	IK Sisu	1981
Stav	5,70	Peter Widén	IFK Växjö	1996
Längd	7,63	Nicklas Wiberg	FI Kalmarsund	2009
Tresteg	15,48	Daniel Lennartsson	IFK Växjö	2009
Kula 7,26	18,22	Kristian Pettersson	IFK Växjö	2001
Vikt 15,88	19,39	Daniel Nyman	IFK Växjö	2014
Sjukamp	5.760e	Marcus Nilsson	Högby IF	2014
Staf. 4x200m	1,29,53	IFK Växjö (Daniel Gyuricsko, Björn Gunnarsson, Joakim Larsson, David Nillnor)	1991	

## KVINNOR

100m	11,48	Carolina Klüft	IFK Växjö	2004
200m	22,98	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
400m	53,17	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
800m	2,04,48	Monica Magnusson	Jönköpings AIF	1986
1500m	4,10,72	Johanna Nilsson	Högby IF	2003
1 mile	4,54,13	Annika Fasth	IFK Växjö	1994
3000m	9,01,01	Ida Nilsson	Högby IF	2006
5000m	15,33,18	Ida Nilsson	Högby IF	2004
10000m	33,37,65	Malin Öhrn	IFK Växjö	2002
½-marathon	1,14,34	Monica Signahl	IFK Växjö	1991
Marathon	2,42,27	Monica Signahl	IFK Växjö	1991
100km	9,46,38	Jennie Karlsson	Hultsfreds LK	2008
3000mH 76,2	9,39,24	Ida Nilsson	Högby IF	2006
100mH 84,0	13,15	Carolina Klüft	IFK Växjö	2005
400mH 76,2	57,05	Erica Mårtensson	IFK Växjö	2003

Höjd	1,95	Carolina Klüft	IFK Växjö	2007
Stav	4,40	Linda Persson	IFK Växjö	2006
Längd	6,97	Carolina Klüft	IFK Växjö	2004
Tresteg	14,29	Carolina Klüft	IFK Växjö	2008
Kula 4,0	17,05	Fanny Roos	Atleticum Växjö SK	2015
Diskus 1,0	52,39	Fanny Roos	Atleticum Växjö SK	2015
Slägga 4,0	62,15	Rebecka Kvist	Alvesta FI	2007
Spjut 600	58,34	Anna Wessman	IFK Växjö	2015
Vikt 9,08	12,78	Anna Ek	IK Hakarpspojarna	2012
Sjukamp	7.032 e	Carolina Klüft	IFK Växjö	2007
Staf. 4x100m	45,62	IFK Växjö (Stina Smibacker, Carolina Klüft, Emma Magnusson, Ulrika Johansson)		2007
Staf. 4x200m	1,42,56	Hovslätts IK (Karin Wibring, Eva Johansson, Anneli Wahl, Ann Axelsson)		1982
Staf. 4x400m	3,38,92	IFK Växjö (Emma Magnusson, Ulrika Johansson, Stina Smibacker, Carolina Klüft)		2007
Staf. 4x800m	9,02,53	IFK Växjö (Annica Gunnarsson, Annika Fasth, Malin Johansson, Annette Karlsson)		1993
St. 3x1500m	13,57,43	IFK Växjö (Malin Öhrn, Hanna Holst, Jessica Gylfe)		2002
Staf. 1000m	2,12,42	IFK Växjö (Janna Abrahamsson, Linda Hansson, Linda Flygare, Jenny Järgren)		1993
4x100m D-lag	48,12	Hanna Adriansson, Ida Carlsson, Rebecca Moyo, Gabriella Nykvist		2008
4x400m D-lag	4,21,41	Åsa Ahlstrand, Jenny Kjellman, Malin Johansson, Camilla Benjaminsson		1992
St. 1000m D-lag	2,15,0	Eva Johansson, Chatrin Landholm, Ann Fransson, Vanja Davidsson		1978

## Inomhus

60m	7,40	Carolina Klüft	IFK Växjö	2005
200m	24,12	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
400m	52,98	Carolina Klüft	IFK Växjö	2008
800m	2,07,50	Johanna Nilsson	Högby IF	2000
1500m	4,19,86	Anette Karlsson	IFK Växjö	1992
1 mile	4,32,49	Johanna Nilsson	Högby IF	2003
3000m	9,06,61	Johanna Nilsson	Högby IF	2006
60mH 84,0	8,19	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
Höjd	1,93	Carolina Klüft	IFK Växjö	2005
Stav	4,40	Linda Berglund	IFK Växjö	2007
Längd	6,92	Carolina Klüft	IFK Växjö	2004
Tresteg	14,12	Camilla Johansson	IFK Växjö	2000
Kula 4,0	17,07	Fanny Roos	Atleticum Växjö SK	2016
Vikt 9,08	16,62	Rebecka Kvist	Alvesta FI	2011
Femkamp	4,948e	Carolina Klüft	IFK Växjö	2005





# Victorialoppet



- Ölands stora löparfest -

## 15 juli 2016

i sommarstaden BORGHOLM

Välkommen till en riktig familjefest med



110 år

**Lilla Victorialoppet**

**Victoriajoggen** 4 km

**Victorialoppet** 9 km



Det stora loppet går genom centrala delar av Borgholm. Fantastisk publik, musik längs banan, härlig stämning. Fri entré till Sollidens Slottspark och till Borgholms Slott under begränsad tid.

I år skänker vi en del av anmälningsavgiften till Victoriafonden Radiohjälpen/kronprinsessan-victorias-fond-1  
För mer info och anmälan: [victorialoppet.se](http://victorialoppet.se)

**ICA Supermarket**  
Borgholm

**BORGHOLM**  
**ENERGI**

**ÖSTRASMÅLAND**  
**NYHETERNA**

**ÖLANDSBLADET** Barometern

## MÄN Juniorer (högst 22 år)

100m	10,37	Alexander Brorsson	IFK Växjö	2012
200m	21,26	Leif Jonsson	Habo IF	1987
400m	47,40	Jeffrey Pedersen	Eksjö Södra IK	1995
800m	1,48,75	Patrik Johansson	IFK Växjö	1992
1500m	3,40,91	Patrik Johansson	IFK Växjö	1993
5000m	13,45,23	Henrik Ahnström	Brittatorps TK	2003
2000mH 91,4	5,33,00	Henrik Skoog	Villstads GIF	2000
110mH 106,7	13,98	Alexander Brorsson	IFK Växjö	2012
400mH 91,4	51,75	Hampus Widlund	IFK Växjö	2015
Höjd	2,20	Stefan Karlsson	IK Sisu	1980
Stav	5,60	Peter Widén	IFK Växjö	1989
Längd	7,62	Peter Widén	IFK Växjö	1987
Tresteg	15,71	Daniel Lennartsson	IFK Växjö	2009
Kula 7,26	18,69	Bengt Bendéus	IFK Växjö	1966
Diskus 2,0	56,44	Kristian Pettersson	IFK Växjö	1993
Slägga 7,26	68,31	Anders Eriksson	Hovslätts IK	2014
Spjut 800	74,41	Nicklas Wiberg	FI Kalmarsund	2007
Tiokamp	7.883 e	Nicklas Wiberg	FI Kalmarsund	2006
Staf. 4x100m	41,36	IFK Växjö (Daniel Gyuricsko, Björn Gunnarsson, Joakim Larsson, David Nillnor)		1990
Staf. 4x400m	3,17,95	IFK Växjö (Gert Jönsson, Michael Ericson, Paul Lundberg, Mikael Johansson)		1981
Staf. 3x800m	5,40,97	Eksjö Södra IK (Anders Johansson, Björn Ahlepil, Jacob Cedertun)		1999

## KVINNOR Juniorer (högst 22 år)

100m	11,48	Carolina Klüft	IFK Växjö	2004
200m	22,98	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
400m	53,17	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
800m	2,04,48	Monica Magnusson	Jönköpings AIF	1986
1500m	4,10,72	Johanna Nilsson	Högby IF	2003
3000m	9,15,1	Jessica Carlberg	Oskarshamns SK	1998
5000m	15,51,17	Jessica Carlberg	Oskarshamns SK	1998
2000mH 76,2	6,35,30	Ida Nilsson	Högby IF	2001
100mH 84,0	13,15	Carolina Klüft	IFK Växjö	2005
400mH 76,2	57,54	Erica Mårtensson	IFK Växjö	2001
Höjd	1,94	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
Stav	4,37	Angelica Bengtsson	IFK Växjö	2009
Längd	6,97	Carolina Klüft	IFK Växjö	2004
Tresteg	13,87	Carolina Klüft	IFK Växjö	2004

Kula 4,0	17,05	Fanny Roos	Atleticum Växjö SK	2015
Diskus 1,0	52,39	Fanny Roos	Atleticum Växjö SK	2015
Slägga 4,0	61,43	Rebecka Kvist	Alvesta FI	2005
Spjut 600	57,09	Anna Wessman	IFK Växjö	2011
Sjukamp	7 001e	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
Staf. 4x100m	47,39	IFK Växjö (Linda Flygare, Linda Hansson, Jenny Järgren, Johanna Henriksson)		1993
Stafett 4x400 m	3,56,8	Jönköpings AIF (Eva Junefjäll, Maritha Larsson, Karin Bertilsson, Kristina Bertilsson)		1975
Staf. 3x800m	6,57,93	IFK Växjö (Jessica Gylfe, Jessica Gunnarsson, Erica Mårtensson)		1998

### MÄN Juniorer (högst 19 år)

100m	10,54	Christofer Ohlsson	IFK Växjö	1996
200m	21,26	Leif Jonsson	Habo IF	1987
400m	47,40	Jeffrey Pedersen	Eksjö Södra IK	1995
800m	1,49,48	Johan Svensson	FI Kalmarsund	2008
1500m	3,45,02	Patrik Johansson	IFK Växjö	1991
5000m	14,20,30	Kent Claesson	Skillingaryds FK	1990
2000mH 91,4	5,45,41	Johan Swärd	Eksjö Södra IK	1991
110mH 100,0	14,16	Hannes Kvist Wirdmo	IFK Växjö	2013
300mH 91,4	36,89	Frans Hällqvist	Skrups IF	1990
Höjd	2,14	Emil Svensson	IFK Växjö	2007
Stav	5,15	Gustaf Hultgren	Kalmar SK	2002
Längd	7,46	Kent Nygren	IK Hakarpspojkarne	1982
Tresteg	15,15	Urban Håkansson	IFK Växjö	1988
Kula 6,0	17,43	Per Rosell	FIK Kalmarsund	2005
Diskus 1,75	56,39	Per Rosell	FIK Kalmarsund	2006
Slägga 6,0	70,70	Anders Eriksson	Hovslätts IK	2012
Spjut 800	69,38	Nicklas Wiberg	FIK Färjestaden	2004
Tiokamp	7,751e	Marcus Nilsson	Högby IF	2010
Staf. 4x100m	43,00	IFK Växjö (Olle Svensson, Christoffer Ohlson, Niklas Hansén, Riccard Svensson)		1994
Staf. 4x400m	3,21,69	IFK Växjö (Tobias Karlsson, Alex Johansson, Anders Lennartsson, Jerker Asplund)		1991
Staf. 3x800m	5,48,66	IFK Växjö (Anders Lennartsson, Alex Johansson, Jerker Asplund)		1991
St.1000m D-lag	1,59,72	Daniel Krösner, Tobias Karlsson, Jan-Åke Karlsson, Martin Joabsson		1991

**KVINNOR Juniorer (högst 19 år)**

100m	11,69	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
200m	23,71	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
400m	53,17	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
800m	2,04,48	Monica Magnusson	Jönköpings AIF	1986
1500m	4,17,99	Johanna Nilsson	Högby IF	2001
3000m	9,15,1	Jessica Carlberg	Oskarshamns SK	1998
2000mH 76,2	6,58,79	Linn Bengtsson	IFK Växjö	2015
100mH 84,0	13,33	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
300mH 76,2	41,22	Carolina Klüft	IFK Växjö	2000
Höjd	1,92	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
Stav	4,37	Angelica Bengtsson	IFK Växjö	2009
Längd	6,48	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
Tresteg	12,51	Kajsa Levin	Tranås AIF	2002
Kula 4,0	16,29	Fanny Roos	Ljungby FIK	2014
Diskus 1,0	49,04	Fanny Roos	Ljungby FIK	2014
Slägga 4,0	55,12	Rebecka Kvist	Alvesta FI	2002
Spjut 600	54,12	Anna Wessman	IFK Växjö	2008
Sjukamp	6,542e	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
Staf. 4x100m	47,59	IFK Växjö (Ulrika Johansson, Linda Hansson, Jenny Järgren, Johanna Henriksson)		1992
Staf. 3x800m	7,04,2	IFK Växjö (Annelie Persson, Marie Johansson, Ingela Karlsson)		1983
Staf. 1000m	2,12,42	IFK Växjö (Janna Abrahamsson, Linda Hansson, Linda Flygare, Jenny Järgren)		1993
St.1000m D-lag	2,15,78	Åsa Steen, Johanna Henriksson, Linda Hansson, Jenny Järgren		1992

**POJKAR 17 (högst 17 år)**

100m	10,63	Leif Jonsson	Habo IF	1987
200m	21,26	Leif Jonsson	Habo IF	1987
400m	47,92	Leif Jonsson	Habo IF	1987
800m	1,53,08	Johan Svensson	FIK Kalmarsund	2006
1500m	3,54,03	Patrik Johansson	Brittatorps TK	1989
3000m	8,31,30	Kent Claesson	Skillingaryds FK	1988
2000mH 91,4	5,47,76	Jacob Cedertun	Eksjö Södra IK	1999
110mH 91,4	14,06	Hannes Kvist-Wirdmo	IFK Växjö	2011
300mH 84,0	38,31	Hampuz Widlund	IFK Växjö	2010
Höjd	2,04	Mikael Kronqvist	Tranås AIF	1980
	2,04	Johnny Granath	Hovslätts IK	1982
Stav	4,82	Marcus Fransson	IFK Växjö	1989
Längd	7,39	Fredrik Joabsson	Skrups IF	1989
Tresteg	14,14	Mattias Olander	Högby IF	2009

Kula 5,0	17,97	Emil Svensson	IFK Växjö	2006
Diskus 1,5	57,77	Olof Östenberg	IFK Växjö	2013
Slägga 5,0	70,32	Anders Eriksson	Hovslätts IK	2011
Spjut 700	74,10	Isak Oskarsson	Stensjöns IF	2013
Tiokamp	7,269e	Nicklas Wiberg	FIK Färjestaden	2002
Staf. 4x100m	43,95	IFK Växjö (Odd Wiking, Anton Barck, Erik Karlsson, Erik Lundvik)		2002
	43,95	IFK Växjö (Johan Andersson, Hampuz Widlund, Viktor Ivarsson, Hannes Kvist-Wirdmo)		2010
Staf. 1000m	2,01,47	FIK Kalmarsund (Camilo Karlström, Adam Björling, Anders Nihlstedt, Johan Svensson)		2006
Staf. 3x800m	6,01,58	FIK Kalmarsund (Camilo Karlström, Anders Nihlstedt, Johan Svensson)		2006
4x100m D-lag	43,41	Mikael Storm, Didrik Andersson, Johan Lindh, Dennis Carlsson		2007

### FLICKOR 17 (högst 17 år)

100m	11,86	Anette Broselid	FIK Färjestaden	2004
200m	24,07	Anette Broselid	FIK Färjestaden	2004
400m	55,35	Elin Wiik	Sommenbygdens SK	2002
800 m	2,06,41	Anette Karlsson	IFK Växjö	1986
1500m	4,21,08	Monica Magnusson	Jönköpings AIF	1985
	4,21,08	Anette Karlsson	IFK Växjö	1986
3000m	9,29,54	Anette Karlsson	IFK Växjö	1986
1500mH 76,2	4,49,11	Linn Bengtsson	IFK Växjö	2013
100mH 76,2	13,51	Emilia Rundqvist	FIK Kalmarsund	2005
300mH 76,2	41,22	Carolina Klüft	IFK Växjö	2000
Höjd	1,85	Carolina Klüft	IFK Växjö	2000
Stav	4,37	Angelica Bengtsson	IFK Växjö	2009
Längd	6,23	Carolina Klüft	IFK Växjö	2000
Tresteg	12,43	Emilia Hammarström	Wärnamo SK	2013
Kula 3,0	17,01	Fanny Roos	Ljungby FIK	2012
Diskus 1,0	46,96	Fanny Roos	Ljungby FIK	2012
Slägga 3,0	56,92	Cecilia Larsson	IFK Växjö	2015
Spjut 500	50,49 <sup>(600)</sup>	Anna Wessman	IFK Växjö	2006
Sjukamp	5,825e	Carolina Klüft	IFK Växjö	1999
Staf. 4x100m	47,59	FIK Kalmarsund (Anette Broselid, Jasmine Andersson, Malin Wiberg, Emilia Rundqvist)		2005
Staf. 3x800m	7,06,04	IFK Växjö (Helena Johansson, Louise Berglund, Hanna Holst)		2002
Staf. 1000m	2,17,45	IFK Växjö (Sofia Wiberg, Malin Citess, Sofia Andersson, Elin Tornhed)		2012
4x100m D-lag	48,12	Hanna Adriansson, Ida Carlsson, Rebecca Moyo, Gabriella Nykvist		2008

**POJKAR 16 (högst 16 år)**

100m	10,87	Leif Jonsson	Habo IF	1986
200m	21,95	Leif Jonsson	Habo IF	1986
400m	49,12	Leif Jonsson	Habo IF	1986
800m	1,55,46	Martin Svensson	Glasrikets RC	1997
1500m	4,02,76	Jesper Skantz	Vaggeryds SOK	1988
3000m	8,35,45	Kent Claesson	Skillingaryds FK	1987
2000mH 91,4	5,59,96	Jacob Cedertun	Eksjö Södra IK	1998
110mH 91,4	14,42	Hannes Kvist-Wirdmo	IFK Växjö	2010
300mH 84,0	38,73	Johan Brasch	Wärnamo SK	2014
Höjd	2,04	Mikael Kronqvist	Tranås AIF	1980
Stav	4,40	Petter Edfeldt	IFK Växjö	1989
Längd	6,87	Olof Östenberg	IFK Växjö	2013
Tresteg	14,11	Mattias Olander	Högby IF	2008
Kula 5,0	17,00	Emil Svensson	IFK Växjö	2005
Diskus 1,5	57,77	Olof Östenberg	IFK Växjö	2013
Slägga 5,0	65,53	Stefan Kvist	Alvesta FI	2003
Spjut 700	65,81	Theodor Ahlström	IFK Växjö	2014
Tiokamp	7,139	Olof Östenberg	IFK Växjö	2013
Staf. 4x100m	45,16*	IFK Växjö (Daniel Bergqvist Andreas Johansson, Daniel Krösner, Stefan Högberg)		1991
Staf. 3x800m	6,08,38*	IFK Växjö (Alex Johansson, Jerker Asplund, Mikael Johansson)		1989
Staf. 1000m	2,06,79*	IFK Växjö (Robert Sumberac, David Nillnor, Magnus Averin, Mats Fredriksson)		1984

**FLICKOR 16 (högst 16 år)**

100m	11,86	Anette Broselid	Kalmar SK	2004
200m	24,07	Anette Broselid	Kalmar SK	2004
400m	56,75	Annika Eriksson	FIK Färjestaden	1998
800m	2,07,45	Johanna Nilsson	Högby IF	1999
1500m	4,21,32	Johanna Nilsson	Högby IF	1999
3000m	9,45,53	Johanna Nilsson	Högby IF	1999
1500mH 76,2	4,49,11	Linn Bengtsson	IFK Växjö	2013
100mH 76,2	13,98	Carolina Klüft	IFK Växjö	1999
300mH 76,2	42,32	Jenny Järgren	IFK Växjö	1991
Höjd	1,83	Carolina Klüft	IFK Växjö	1999
Stav	4,37	Angelica Bengtsson	IFK Växjö	2009
Längd	6,23	Carolina Klüft	IFK Växjö	2000
Tresteg	12,24	Emilia Hammarström	Wärnamo SK	2012

Kula 3,0	15,75	Fanny Roos	Ljungby FIK	2011
Diskus 1,0	44,40	Fanny Roos	Ljungby FIK	2011
Slägga 3,0	56,92	Cecilia Larsson	IFK Växjö	2015
Spjut 500	47,30 <sup>(600)</sup>	Anna Wessman	IFK Växjö	2005
Sjukamp	5,825e*	Carolina Klüft	IFK Växjö	1994
Staf. 4x100m	48,60*	IFK Växjö (Maria Elmkvist, Linda Hansson, Jenny Järgren, Cecilia Fredholm)		1991
Staf. 3x800m	7,19,3*	IK Sisu (Anita Andersson, Maria Andersson, Ann Josephsson)		1977
Staf. 1000m	2,20,42	Skruvs IF (Eva-Karin Eriksson, Ulrika Jepszon, Marina Olsson, Karin Andersson)		1984

### POJKAR 15 (högst 15 år)

80m	9,28	Christoffer Karlsén	IK Hinden	2014
300m	36,58	Anton Barck	IFK Växjö	2002
800m	1,57,54	Carl-Johan Hermansson	FIK Färjestaden	1994
2000m	5,48,57	David Nilsson	Högby IF	2002
1500mH 76,2	4,25,31	Jacob Cedertun	Eksjö Södra IK	1987
80mH 84,0	11,14	Anton Bertilsson	Habo FIF-04	2014
300mH 76,2	38,21	Robert Widetoft	Wärnamo SK	1989
Höjd	1,97	Adam Peterson	Wärnamo SK	2000
Stav	4,25	Petter Edfeldt	IFK Växjö	1988
Längd	6,59	Hans Svensson	IFK Växjö	1999
Tresteg	13,52	Mattias Olander	Högby IF	2007
Kula 4,0	16,85	Olof Östenberg	IFK Växjö	2012
Diskus 1,0	64,30	Olof Östenberg	IFK Växjö	2012
Slägga 4,0	67,35	Stefan Kvist	Alvesta FI	2002
Spjut 600	66,40	Isak Oskarsson	Stensjöns IF	2011
Åttakamp	5,410e	Marcus Nilsson	Högby IF	2006
Staf. 4x80m	38,18	Kalmar SK (Henrik Björkholm, Andreas Künne, Micael Wendell, Ola Karlsson)		1992
Staf. 3x800m	6,23,24	Högby IF (Markus Johansson, Oskar Thor, Marcus Nilsson)		2006

## FLICKOR 15 (högst 15 år)

80m	10,12	Jenny Lindqvist	IK Hinden	1989
300m	39,67	Rebecca Eriksson	Södra Vi IF	2006
800m	2,11,97	Anette Karlsson	IFK Växjö	1984
2000m	6,27,38	Sandra Fransson	IFK Växjö	2003
1500mH 76,2	5,08,30	Linn Bengtsson	IFK Växjö	2012
80mH 76,2	11,63	Julia Seigerroth	IK Hakarpspojarna	2012
300mH 76,2	44,12	Linn Bengtsson	IFK Växjö	2012
Höjd	1,82	Susanne Svensson	IFK Växjö	1980
Stav	4,12	Angelica Bengtsson	IFK Växjö	2008
Längd	5,83	Lovisa Karlsson	Högby IF	2015
Tresteg	12,23	Carolina Klüft	IFK Växjö	1998
Kula 3,0	15,01	Fanny Roos	Ljungby FIK	2010
Diskus 0,75	45,47	Ida Wählstrand	IFK Växjö	2015
Slägga 3,0	51,96	Cecilia Larsson	IFK Växjö	2014
Spjut 500	42,74 <sup>(600)</sup>	Anna Wessman	IFK Växjö	2004
Sexkamp	4,128e	Lovisa Karlsson	Högby IF	2015
Staf. 4x80m	41,08	IFK Växjö (Jenny Danielsson, Linda Bergqvist, Anna Möllerberg, Åsa Änghede)		1982
Staf. 3x800m	7,22,4	IFK Växjö (Carita Hagberg, Liselotte Bengtsson, Tina Frisk)		1974

## POJKAR 14 (högst 14 år)

80m	9,50	Christer Nilsson	IK Sisu	1987
300m	38,16	Anton Persson	Högby IF	2008
800m	2,03,98	Henrik Skoog	Villstads GIF	1993
2000m	5,57,68	Henrik Skoog	Villstads GIF	1993
1500mH 76,2	4,39,84	Omar Mohammed	IFK Växjö	2015
80mH 84,0	11,38	Magnus Hammarstedt	Nybro IF	1987
300mH 76,2	41,74	Johan Claeson	Tranås AIF	2015
Höjd	1,88	Edvard Carp	Villstads GIF	1992
Stav	3,86	Petter Edfeldt	IFK Växjö	1987
Längd	6,21	Mattias Olander	Högby IF	2006
Tresteg	12,90	Mattias Olander	Högby IF	2006
Kula 4,0	16,31	Johan Pyrell	IFK Växjö	1989
Diskus 1,0	52,61	Olof Östenberg	IFK Växjö	2011
Slägga 4,0	61,14	Stefan Kvist	Alvesta FI	2001
Spjut 600	52,57	Alex Wisme	IFK Växjö	2014
Åttakamp	4,809e	Marcus Nilsson	Högby IF	2005



**FLICKOR 14 (högst 14 år)**

80m	10,12	Jenny Lindqvist	IK Hinden	1989
300m	41,28	Frida Simfors	IK Hakarpspojarna	2005
800m	2,14,48	Anette Sjöwall	Nybro IF	1978
2000m	6,33,42	Johanna Nilsson	Högby IF	1997
1500mH 76,2	5,15,25	Linn Bengtsson	IFK Växjö	2011
80mH 76,2	11,77	Karin Andersson	Skruvs IF	1982
300mH 76,2	44,50	Frida Simfors	IK Hakarpspojarna	2005
Höjd	1,73	Susanne Svensson	IFK Växjö	1979
Stav	3,90	Angelica Bengtsson	IFK Växjö	2007
Längd	5,53	Susanne Svensson	IFK Växjö	1979
Tresteg	11,57	Rebecca Eriksson	Södra Vi IF	2005
Kula 3,0	14,08	Fanny Roos	Ljungby FIK	2009
Diskus 0,75	36,85	Ida Wählstrand	IFK Växjö	2014
Slägga 3,0	44,25	Fanny Roos	Ljungby FIK	2009
Spjut 500	38,28	Rebecca Nishiura	Wärnamo SK	2014
Sexkamp	3,906e	Tova Österberg	FIK Färjestaden	2008

**POJKAR 13 (högst 13 år)**

60m	7,78	Marcus Grafenauer	Wärnamo SK	1987
200m	24,65	Christoffer Karlsén	IK Hinden	2012
600m	1,30,72	Marcus Nilsson	Högby IF	2004
1500m	4,33,29	Marcus Nilsson	Högby IF	2004
60mH 76,2	8,85	Christoffer Karlsén	IK Hinden	2012
200mH 68,6	27,59	Johan Claeson	Tranås AIF	2014
Höjd	1,75	Ulf Widlund	Skruvs IF	1978
	1,75	Edvard Carp	Villstad GIF	1991
Stav	3,47	Gustaf Hultgren	Kalmar SK	1996
Längd, zon	6,01	Christoffer Karlsén	IK Hinden	2012
Tresteg, zon	12,65	Mattias Olander	Högby IF	2005
Kula 3,0	15,76	Robert Nilsson	Oskarshamns SK	2007
Diskus 0,6	49,86	Simon Bjärnlöf Segerlind	Eksjö Södra IK	2013
Slägga 3,0	47,18	Stefan Kvist	Alvesta FI	2000
Spjut 400	52,13	Adam Björling	Kalmar SK	2003
Femkamp	5,101e	Jan Jakoubek	IK Hinden	2010
Staf. 5x60m	40,76	Kalmar SK (Håkan Petersson, Jan Andersson, Jimmy Rosengren, Andreas Künne, Henrik Björkholm)		1990
Staf. 3x600m	5,10,32	Högby IF (Marcus Nilsson, Robin Slättengren, Oskar Thor)		2004

**FLICKOR 13 (högst 13 år)**

60m	8,23	Emmelie Sjökvist	Emådalens SK	1991
	8,23	Alma Beke	Kalmar SK	2015
200m	25,82	Frida Simfors	IK Hakarpspojkarne	2004
600m	1,38,14	Fanny Hagberg	IFK Växjö	2008
1500m	4,47,45	Åsa Ljungblad	Västerviks OK	1989
60mH 68,6	9,41 (76,2)	Elin Lindeblad	Högby IF	2008
200mH 68,6	29,43	Julia Seigerroth	IK Hakarpspojkarne	2010
Höjd	1,65	Amanda Gabrielsson	Wärnamo SK	2009
Stav	3,40	Angelica Bengtsson	IFK Växjö	2006
Längd, zon	5,48	Frida Simfors	IK Hakarpspojkarne	2004
Tresteg, zon	11,11	Ida Nilsson	Hovslätts IK	2011
Kula 2,0	16,10	Fanny Roos	Ljungby FIK	2008
Diskus 0,6	40,58	Hanna Bjärkvik	Hovslätts IK	2005
Slägga 2,0	42,43	Marika Andersson	Stensjöns IF	2008
Spjut 400	40,46	Isabel Savic	Habo IF	1996
Femkamp	5,049e	Hedvig Nykvist	Tranås AIF	2008
Staf. 5x60m	41,47	IFK Växjö (Mathilda Honeth, Tilde Gudmundsson, Agnes Lönn, Emilina Ring, Tove Larsson)		2015
Staf. 3x600m	5,27,07	IFK Växjö (Anna Hermann, Lina Samuelsson, Linn Bengtsson)		2010

**POJKAR 12 (högst 12 år)**

60m	7,78	Marcus Grafenauer	Wärnamo SK	1987
200m	26,16	Christoffer Karlsén	IK Hinden	2011
600m	1,35,68	Abdigani Abdi	IFK Växjö	2002
1500m	4,40,6	Nicklas Wiberg	FIK Färjestaden	1997
60mH 76,2	9,50	Christoffer Karlsén	IK Hinden	2011
200mH 68,6	29,87	Svante Leijon	IFK Växjö	2015
Höjd	1,66	Per-Anders Sääf	Villstads GIF	1977
	1,66	Ulf Widlund	Skrups IF	1977
	1,66	Jacob Thelander	Ljungby FIK	2015
Stav	3,30	Gustaf Hultgren	Kalmar SK	1995
Längd, zon	5,41	Daniel Berggren	Bottnaryds IF	1991
Tresteg, zon	11,35	Mattias Olander	Högby IF	2004
Kula 3,0	14,67	Joakim Johansson	FIK Färjestaden	1998
Diskus 0,6	38,56	Örn Östenberg	IFK Växjö	2010
Slägga 3,0	31,64	Jacob Sjödin	Stensjöns IF	2007
Spjut 400	41,53	Jacob Sjödin	Stensjöns IF	2007
Femkamp	4,762e	Christoffer Karlsén	IK Hinden	2011

## FLICKOR 12 (högst 12 år)

60m	8,23	Emmelie Sjökvist	Emådalen SK	1991
200m	27,10	Frida Simfors	IK Hakarpspojarna	2003
600m	1,43,91	Fanny Hagberg	IFK Växjö	2007
1500m	5,00,1	Ida Nilsson	Högby IF	1993
	5,00,1	Johanna Nilsson	Högby IF	1995
60mH 68,6	9,68 (76,2)	Emilia Rundqvist	Kalmar SK	2000
200mH 68,6	32,49	Celie Hellsaeus	IFK Sävsjö	2015
Höjd	1,57	Ingrid Zar	IK Hakarpspojarna	2007
	1,57	Amanda Gabrielsson	Wärnamo SK	2008
	1,57	Emilia Neuhaus	Eksjö Södra IK	2015
Stav	3,10	Angelica Bengtsson	IFK Växjö	2005
Längd, zon	5,23	Alice Petersson	Kalmar SK	2007
Tresteg, zon	10,45	Amanda Hjalmarsson	Hovslätts IK	2009
Kula (2,0)	13,73	Fanny Roos	Ljungby FIK	2007
Diskus (0,6)	37,15	Hanna Bjärkevik	Hovslätts IK	2004
Slägga (2,0)	35,65	Axelina Johansson	Hovslätts IK	2012
Spjut (400)	36,35	Fanny Roos	Ljungby FIK	2007
Femkamp	4,424 e	Tova Österberg	FIK Färjestaden	2006

## BÄSTA NOTERINGAR, manuella tider m.m.

M22, P19	100m	10,3	Leif Jonsson	Habo IF	1987
Män	200m	20,7	Owe Jonsson	IFK Växjö	1962
	400m	46,1	Anders Faager	Wärnamo SK	1972
	Spjut ä. mod.	80,32	Jan-Olof Damgren	Jönköpings AIF	1976
	Castorama	3,354	Robert Melin	Bottnaryds IF	2009
M/K	Castorama lag	30,894		IFK Växjö	2007
Kvinnor	Castorama	3,422	Fanny Roos	Atleticum V.SK	2015
P14	Spjut äld. mod	60,44	Thomas Petersson	Kalmar SK	1969

## Inomhus

Män	60 m	6,6	Curt Johansson	Wärnamo SK	1966
-----	------	-----	----------------	------------	------

### SMÅLANDSREKORD-MEDALJER

Skickas kostnadsfritt ut till samtliga klubbar, vars aktiva satt  
Smålands-rekord under det gångna året.  
Veteraner kan beställa mot egen kostnad.

# MÄSTERSKAPSREKORD - DM

## MÄN

100m	10,88	Christofer Ohlsson	IFK Växjö	1997
200m	21,53	Leif Jonsson	Habo IF	1988
400m	48,59	Frans Hällqvist	Skrups IF	1992
800m	1:52,3m	Pereric Hagberg	Wärnamo SK	1967
1500m	3:53,46	Benny Nilsson	Högby IF	1987
5000m	14:04,1m	Nils-Bertil Karlsson	Västerviks IF	1972
10000m	30:19,4m	Nils-Bertil Karlsson	Västerviks IF	1973
Halvmarathon	1:06:33	Carl-Johan Olofsgård	Södra Vi IF	1986
Marathon	2:23:57	Erik Gerdin	IK Hakarpspojarna	2000
3000mH 91,4	8:55:50	Ola Torstensson	Eksjö Södra IK	1985
110mH 106,7	14,31	Ulf Söderman	IK Hakarpspojarna	1987
400mH 91,4	54,83	Mathias Jörgensson	Villstads GIF	1987
Höjd	2,11	Tommy Nygren	IFK Växjö	1992
Stav	5,05	Gunnar Ageskår	IFK Växjö	1987
Längd	7,36	Fredrik Ahlström	IFK Växjö	1988
Tresteg	14,89	Urban Håkansson	IFK Växjö	1989
Kula 7,26	17,55	Bengt Bendéus	IFK Växjö	1966
Diskus 2,0	57,04	Kristian Pettersson	IFK Växjö	2002
Slägga 7,26	69,00	Per Karlsson	IFK Växjö	1995
Spjut 800	68,88	Andreas Wulff	IFK Växjö	2002
Tiokamp	7,141	Fredrik Ahlström	IFK Växjö	1987
4x100m	41,97	IFK Växjö (Daniel Krösner, Tobias Karlsson, Niclas Hansén, Christofer Olsson)		1996
4x400m	3:21,2	Wärnamo SK (Sven-Olof Bystedt, Pereric Hagberg, Curt Johansson, Anders Faager)		1969
4x1500m	16:24,75	Högby IF (Morgan Olsson, Carl-Gustaf Nilsson, Stefan Larsson, Benny Nilsson)		1986

## Inomhus

60m	6,89	Alexander Brorsson	IFK Växjö	2012
200m	21,28	Alexander Brorsson	IFK Växjö	2014
400m	49,36	Niclas Åkerström	IFK Växjö	2013
800m	1:51,79	Patrik Johansson	Brittatorps TK	1991
1500m	4:05,13	David Nilsson	Högby IF	2015
3000m	8:25,01	Kent Claesson	Skillingaryds FK	1991
60mH 106,7	7,87	Alexander Brorsson	IFK Växjö	2013
Höjd	2,13	Stefan Karlsson	IK Sisu	1980
	2,13	Jan-Erik Wanhainen	Tranås AIF	1993
Stav	5,35	Peter Widén	IFK Växjö	1997
Längd	7,24	Peter Widén	IFK Växjö	1987
Tresteg	14,59	Paul Lundberg	IFK Växjö	1985
Kula 7,26	17,47	Kristian Pettersson	IFK Växjö	2002
Vikt 15,88	18,44	Daniel Nyman	IFK Växjö	2011
Sjukamp	5,106	Odd Wiking	IFK Växjö	2008

**KVINNOR**

100m	12,00	Charlotta Ceder	Wanhainen	Tranås AIF	1998
200m	24,44	Camilla Johansson		IFK Växjö	1997
400m	57,32	Anneli Wahl		Hovslätts IK	1983
800m	2:10,18	Kristin Ahlepil		Eksjö Södra IK	1999
1500m	4:23,6m	Anette Karlsson		IFK Växjö	1986
5000m	16:32,51	Ida Nilsson		Högby IF	2002
10000m	35:32,54	Katarina Nilsson		Högby IF	1989
Halvmaraton	1:20:24	Katarina Nilsson		Högby IF	1989
Marathon	2:50:36	Alexandra Svensson		Hultsfreds LK	2008
3000mH 76,2	11:11,56	Erika Lindeblad		Kalmar SK	2013
100mH 84,0	13,92	Karin Andersson		Skrups IF	1986
400mH 76,2	60,30	Erica Mårtensson		IFK Växjö	1999
Höjd	1,80	Susanne Svensson		IFK Växjö	1980
Stav	3,63	Victoria Bengtsson		IFK Växjö	2007
Längd	6,28	Camilla Johansson		IFK Växjö	1997
Tresteg	12,35	Kajsa Levin		Tranås AIF	2002
Kula 4,0	13,22	Ann-Marie Tornegård		Ölands Smedby IK	1979
Diskus 1,0	46,64	Ulla Buuts		Jönköpings AIF	1975
Slägga 4,0	59,89	Rebecka Kvist		Alvesta FI	2009
Spjut 600	48,24	Matilda Elfgaard		Habo FIF-04	2014
Sjukamp	5,521	Carolina Klüft		IFK Växjö	2001
4x100m	48,76	Skrups IF (Marina Olsson, Ulrika Jeppsson, Karin Andersson, Åsa Björnlund)			1987
4x400m	3:57,22	Skrups IF (Marina Olsson, Viveca Jeppsson, Ulrika Jeppsson, Karin Andersson)			1986
3x1500m	14:45,93	Högby IF (Emma Skogersson, Johanna Nilsson, Ida Nilsson)			1999

**Inomhus**

60m	7,57	Carolina Klüft		IFK Växjö	2003
200m	25,08	Malin Johansson		Atleticum Växjö SK	2015
400m	56,03	Jessica Bloodworth		IFK Växjö	2015
800m	2:10,41	Kristin Ahlepil		Eksjö Södra IK	1997
1500m	4:43,88	Olivia Bergvall		Oskarshamns SK	2012
3000m	9:31,79	Jessica Carlberg		Oskarshamns SK	1998
60mH 84,0	8,41	Ellinore Hallin		IFK Växjö	2014
Höjd	1,84	Ida Virdebrant		IFK Växjö	2012
Stav	4,15	Linda Persson		IFK Växjö	2006
Längd	6,25	Camilla Johansson		IFK Växjö	1999
Tresteg	12,31	Emilia Hammarström		Wärnamo SK	2014
Kula 4,0	16,94	Fanny Roos		Atleticum Växjö SK	2016
Vikt 9,08	16,45	Rebecka Kvists		Alvesta FI	2011
Femkamp	3,978	Lisa Linnell		Ljungby FIK	2011





# Gör som Smålands Friidrottsförbund Beställ idrottspriserna hos



*Tjalles Sportpriser*

Box 33, 335 21 GNOSJÖ

Tel. 0370-973 60, Fax 0370-973 81

[info@tjallessportpriser.se](mailto:info@tjallessportpriser.se)

[www.tjallessportpriser.se](http://www.tjallessportpriser.se)