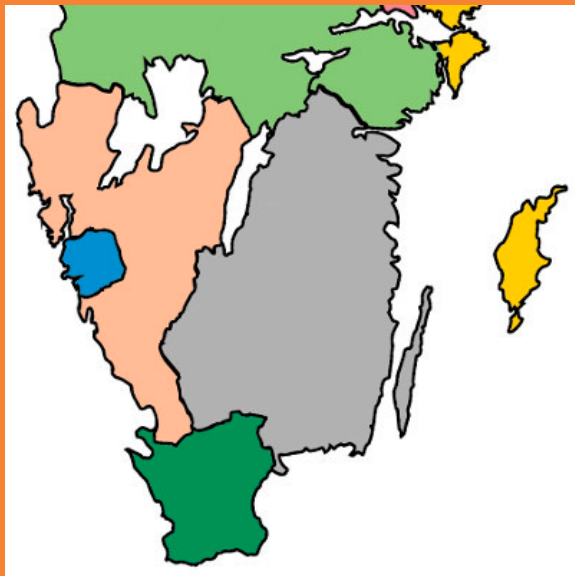




KALENDER

ÅRG. 36 NR 2

SMÅLAND 2021



2022 går Småland, Blekinge och Östergötland ihop och bildar Östsvenska Friidrottsförbundet. Detta som en del i en nationell distriktssammanslagning där 23 distrikt minskas till 9.

Distriktens uppdrag förtydligas samtidigt, och kan kortfattat beskrivas enligt nedan, samt med koppling till Friidrottens Strategi 2025:

- * Administration, t.ex. årsmöte, bokföring, ev. kansli, protokoll, m.m.
- * Utbildning/Tränare och ledare, inkl. samarbeten med RF-SISU, RIG, PC
- * Samarbete & erfarenhetsutbyte, t.ex. Höstmöte, nätverk, träffar
- * Tävlingar, t.ex. program/sanktioner, DM, rekord
- * Styrning (nyheter från SFIF ner mot föreningar)

Kalmar SK - Friidrott



bjuder in till...



Kalmar Sommarspel

LÖRDAG 24 JULI

Nationell tävling för seniorer o ungdomar

Kalmarspelen - I.T.s minne

LÖRDAG 18 SEPTEMBER

Årets sista utomhustävling på Fredriksskans

www.kalmarsk.nu



2021

Smålands Friidrottsförbund

Kungshallsvägen 10, 382 43 NYBRO

Tidning Friidrott/Småland

Ansvarig:
Tryck:

Markus Andersson
Tryckpartners, Nybro

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

	Sid		Sid
Adresser till föreningarna	16	Lokalradion	29
Adresser till förbund	6	Ombud till SFIF, RF-SISU Sm.	3
Anmälningsavgifter DM	33	Redskapsvikter	61
DM-rekord	58	Rekordmedaljer	57
DM-tävlingar, PM m.m.	32	Resultatlistor, regler	30
DM-tävlingar, klasser, grenar	35	Sanktionsregler	31
DM/UDM för klubblag	39	Skrifter för beställning	29
Förbundsbanmätare	14	Smålandsrekord	46
Förbundsdomare	13	Starters	14
Utvecklingscentrum (UC) Småland	8	Storgrabb/tjej-märket	45
Föreningsförteckning	16	Styrelse, personal, valber. revisorer	2
Förtjänstutmärkelser	28	Tränare inom Småland	10
Götalandsserien	43	Tävlingsprogram	22
Häckregler	60	Ungdomsmärket	44
Klubblagsbestämmelser vid DM	39	Utbildningsprogram	8
Kommittéer	4	Vandringspriser	27
Lag-SM o Svenska friidrottscupen	42	Veterancupen	27

SMÅLANDS FRIIDROTTSFÖRBUND

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

STYRELSEN

		Tel. / e-post
Ordf. o AU	Ulrika Pizzeghello Ör Geboda, 342 64 ÖR	Tel. 0703-78 36 20 ulrika.pizzeghello@smfif.se
Vice ordf. o AU	Marina Karlsson Bäverstigen 35, 571 42 NÄSSJÖ	Tel. 073-843 09 25 minan79@hotmail.com
2a vice ordf.	AnnLis Hellsten Homhällev. 20, 572 40 OSKARSHAMN	Tel/fax: 0491-839 47, 076-304 18 14 annlis.hellsten@bredband.net
Ungdomsansv.	Carl Hedin P G Vejdes väg 16 lgh 1002, 352 52 VÄXJÖ	Tel. 072-517 77 71 carlhedin0@gmail.com
Veteransv.	Ronny Krönvall Svartkråkevägen 15, 331 42 VÄRNAMO	Tel. 070-64 70 921 ronny.kronvall@vmomail.se
Ledamot	Stefan Mattsson Saltkråkevägen 9, 393 63 KALMAR	Tel. 070-336 61 22 stefan.mattsson@mail.se
Ledamot	Vakant	
Adjungerad	Ann Axelsson Värnamovägen 34, 553 39 JÖNKÖPING	Tel. 0733-10 40 16 ann.axel@telia.com
Adjungerad	Anders Grönvall Igelkottsvägen 10, 553 07 JÖNKÖPING	Tel. 070-952 47 94 a.gronvall@telia.com
Adjungerad	Lasse Elfgaard Klevstugev.28, 564 36 BANKERYD	Tel. 072-371 18 82 elfgaardlasse@hotmail.com
Hedersledamot	Tommy Ursby Trädvägen 5, 352 53 VÄXJÖ	Tel. 0470-836 74, 070-638 91 39 tommy.ursby@telia.com
Hedersledamot	Ove Davidsson Svensgårdsvägen 25, 342 34 ALVESTA	Tel. 0472-122 46

PERSONAL

Kansli, Webb.	Markus Andersson	Tel. 0733-68 84 60
Kassör, Sekr, AU	Kungshallsv. 10, 382 43 NYBRO	markus.andersson@smfif.se
Utb.samordnare	Ingela Nilsson	Tel. 0470-627 40 b, 070-349 92 77
UC Smål/Blek.	Evedalsvägen 94, 352 42 VÄXJÖ	ingelaniilsson56@hotmail.com
Friidrotts- utvecklare	Ingemar Hedin Ekstigen 1, 575 35 EKSJÖ	Tel. 073-027 77 70 friidrottsutvecklare@smfif.se

VALBEREDNING

Jönköpings län	Per Falkman Milstensvägen 21, 331 73 BOR	Tel. 073-776 75 97 per.falkman53@gmail.com
Kronobergs län	Fredrik Ahlström Skogsgatan 24, 352 35 VÄXJÖ	Tel. 0470-256 79 fredrik.ahlstrom@ifkvaxjo.se
Kalmar län	Suzanne Wiberg Blodriskegatan 1, 386 32 FÄRJESTADEN	Tel. 070-856 25 77 suzanne.wiberg@gmail.com
Blekinge	Rolf Trulsson Viö 211, 373 45 RÖDEBY	Tel. 070-828 01 45 rolf.trulsson@icloud.com

REVISORER

Revisor	Leif Karlsson Sävrarp, 330 17 RYDAHOLM	Tel. 0472-202 21, 070-9999 121 lkkvry@gmail.com
Rev. suppleant	Arne Lundblad Lidvägen 10, 352 49 VÄXJÖ	Tel. 070-284 77 83 lundblad.arne@telia.com

OMBUD SVENSKA FRIIDROTTSFÖRBUNDET (SF)

Tävlingsombud (TO)	Markus Andersson Kungshallsv. 10, 382 43 NYBRO	Tel. 0733-68 84 60 markus.andersson@smfif.se
Utbildn.ansv. (UA)	Ingela Nilsson Evedalsvägen 94, 352 42 VÄXJÖ	Tel. 0470-627 40 b, 070-349 92 77 ingelaniilsson56@hotmail.com
Ungdomsombud (UO)	Carl Hedin P G Vejdes väg 16 lgh 1002, 352 52 VÄXJÖ	Tel. 072-517 77 71 carlhedin0@gmail.com
Statistikombud (SO)	Markus , se ovan.	
Veteranombud (VO)	Ronny Krönvall Svartkråkevägen 15, 331 42 VÄRNAMO	Tel. 070-647 09 21 ronny.kronvall@vmomail.se
Kanslipersonal (KP)	Markus , se ovan.	

OMBUD RF-SISU SMÅLAND (DF)

Utbildningsled.	Ingela Nilsson Evedalsvägen 94, 352 42 VÄXJÖ	Tel. 0470-627 40 b, 070-349 92 77 ingelaniilsson56@hotmail.com
Ungdomsled.	Carl Hedin P G Vejdes väg 16 lgh 1002, 352 52 VÄXJÖ	Tel. 072-517 77 71 carlhedin0@gmail.com

UTVECKLINGSCENTRUM (UC) SMÅLAND / BLEKINGE

Box 3007, 350 33 VÄXJÖ.		Hemsida: www.uc-smaland.se
Sammanställande o anställd Småland	Ingela Nilsson Evedalsvägen 94, 352 42 VÄXJÖ	Tel. 0470-627 40 b, 070-349 92 77 ingelaniilsson56@hotmail.com
Småland	Ulrika Pizzeghello Ör Geboda, 342 64 ÖR	Tel. 0703-78 36 20 ulrika.pizzeghello@smfif.se
Småland	Ingemar Hedin Ekstigen 1, 575 35 EKSJÖ	Tel. 073-027 77 70 friidrottsutvecklare@smfif.se
Småland	Markus Andersson Kungshallsv. 10, 382 43 NYBRO	Tel. 0733-68 84 60 markus.andersson@smfif.se
Blekinge	Henrik Hultman Sävstigen 1, 374 51 ASARUM	Tel. 0737-13 91 69 oneglobalfuture@gmail.com

Arbetskommittéer

UNGDOMSKOMMITTÉ

Ordf.	Carl Hedin P G Vejdes väg 16 lgh 1002, 352 52 VÄXJÖ	Tel. 072-517 77 71 carlhedin0@gmail.com
Övriga	Alexander Sjögren Trollbackevägen 28, 393 52 KALMAR	Tel. 0733-67 81 60 a.sjogren9@gmail.com
	Siri Elofsson Blåhakevägen 2, 352 42 VÄXJÖ	Tel. 076-127 87 96 siri.elif@icloud.com

TÄVLINGSKOMMITTÉ

Ordförande	Markus Andersson Kungshallsv. 10, 382 43 NYBRO	Tel. 0733-68 84 60 markus.andersson@smfif.se
Medaljansvarig	AnnLis Hellsten Homhällev. 20, 572 40 OSKARSHAMN	Tel/fax: 0491-839 47, 076-304 18 14 annlis.hellsten@bredband.net
Regelansvarig	Tommy Ursby Trädvägen 5, 352 53 VÄXJÖ	Tel. 0470-836 74, 070-638 91 39 tommy.ursby@telia.com
Ungdomsansv.	Carl Hedin Ekstigen 1, 575 35 EKSJÖ	Tel. 072-517 77 71 carlhedin0@gmail.com
Övriga	Lasse Elfgaard Klevstugev.28, 564 36 BANKERYD	Tel. 072-371 18 82 elfgaardlasse@hotmail.com
	Anders Andersson St. Skog, 330 93 SKEPPSHULT	Tel. 073-962 83 87 anders@betexport.nu

VETERANKOMMITTÉ

Hemsida: www.kronvall.org/sfif/veteran.html

Ordf.	Ronny Krönvall Svartkråkev. 15, 331 42 VÄRNAMO	Tel. 070-64 70 92 ronny.kronvall@vmomail.se
Övriga	AnnLis Hellsten Homhällev. 20, 572 40 OSKARSHAMN	Tel/fax: 0491-839 47, 076-304 18 14 annlis.hellsten@bredband.net
	Göran Graberg Cirkelvägen 12, 571 75 FREDRIKSDAL	Tel. 0380-262 43 stensionsif@hotmail.se
	Sven-Erik Martinsson Erik Dahlsbergsg. 30 A, 561 32 HUSKVARNA	Tel. 070-513 88 51 gs.martinsson@gmail.com
	Elisabeth Johansson Augustivägen 5, 352 60 VÄXJÖ	Tel. 073 055 27 32 elisabeth.johansson@ist.com
	Arne Lundblad Lidvägen 10, 352 49 VÄXJÖ	0470-654 71, 070-284 77 83 lundblad.arne@telia.com
	Ingvar Ellbring Ekorrstigen 1, 571 42 NÄSSJÖ	Tel. 0380-170 08, 070-382 60 87 ingvarell@hotmail.com
	Marie Grah Ringvägen 4, 371 41 KARLSKRONA	Tel. 0708-63 63 00 epkmagr@gmail.com
	Anna Eronn Säby Norrgård 5, 585 99 LINKÖPING	eronn.anna@gmail.com

OSKARSHAMNS SK

inbjuder till
2021 års tävlingar

18 juli	Jubileumsspelen	Arena
3 okt	VDM kastmångkamp	Arena
24 okt	Havslättsmarodören	Terräng

FÖR BARN OCH UNGDOM

Friidrottsskola 12-13 + 19-20 juni + 4 juli
Happy Mil 2 sep

AnnLis Hellsten, tel. 076-304 18 14

Hemsida: www.oskarshamnssk.se

E-post: oskarshamns.sk@telia.com



Smålands representanter i Svenska Friidrottsförbundet

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

Förbundsstyrelsen

Ulrika Pizzeghello, Ör Geboda, 342 64 ÖR
Tel. 0703-78 36 20, ulrika.pizzeghello@friidrott.se

Grengroupschef kast

Landslagsledare kasttävlingar

Utbildnings- och Träningskommittén

Anders Axlid, tel. 070-771 19 46, anders.axlid@friidrott.se

Utbildnings- och Träningskommittén

Johanna Vikström, johanna.wikstrom@hotmail.com

Ungdomsrådet

Stina Hedvall, tel. 072-317 78 70, Stina.Hedvall@friidrott.se

Carl Hedin, tel. 072-517 77 71, carlhedin0@gmail.com

Veterankommittén

Anna Ek, Lilla Västansjö 19, 552 92 JÖNKÖPING

Tel. 073-650 08 63, anna@medicrehab.se

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 00, riksidrottsforbundet@rf.se

RF-SISU SMÅLAND (tidigare Smålandsldrotten)

Kansli: S:t Göransvägen 31, Postadress: Box 485, 551 16 Jönköping.

Tel. 036-34 54 00. Exp.tid: månd-fred 9.00-16.00, lunch 12-13.

www.rfsisu.se/smaland - smaland@rfsisu.se - BG: 496-7527. PG: 9 84 59-1.

Distriktsidrottschef: Rickard Strandberg Tel. 036-34 54 05, 070-576 90 30,
rickard.strandberg@rfsisu.se

SVENSKA FRIIDROTTSFÖRBUNDET (SF)

Heliosgatan 3, 120 30 Stockholm

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

Hemsida: 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

Tävling: Daniel Bergin, 010-476 53 36, 0736-26 17 33, daniel.bergin@friidrott.se

Ekonomi: Karin Lundgren, 070-566 89 66, karin.e.lundgren@gmail.com

Förbundskapten: Karin Torneklint, 0706-70 60 42, karin.torneklint@friidrott.se

Se vidare SFIF:s hemsida: www.friidrott.se

GÖTALANDSREGIONEN I FRIIDROTT

Ordf. o GM-ansv. Karl-Gustav Holmgren, Möllevägen 26, 243 00 HÖÖR,

Tel/fax: 0413-227 45, 070-550 31 79, kgholmgren@hotmail.com

Serieansv. Anita Norr-Ericson, Ektorpsgratan 256, 603 74 NORRKÖPING

Tel. 073-373 08 95, anita.norrericson@gmail.com

Hemsida: <http://idrottonline.se/SvenskaFriidrottsforbundet/Regionerna/gotalandsregionenfriidrott/>

PG 33 04 92-0

SMÅLANDS IDROTTHISTORISKA SÄLLSKAP

Sekr: Ola Henriksson, Mosstigen 14, 561 96 LEKERYD

Tel. 0725-55 90 14, sm.idrotthistoriska@smihs.se

Hemsida: 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

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.

www.iaaf.org/athletics-development/development-centres/accredited-centres#atc-vaxjo-swe

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

www.lnu.se

SMÅLANDS FRIIDROTTSGYMNASIUM (FIG)

Box 3007, 350 33 VÄXJÖ, hemsida: www.figvaxjo.se

Verksamhetsansvarig: Cai Bolö, 070-399 12 54, cai.bolo@vaxjo.se

UTBILDNING OCH LÄGER 2021

Våren

Föräldrautbildning, webbaserad
Inga fysiska utbildningar pga corona.

Hösten

Unga ledarutbildning 15-22 år med
7-10 års utbildning i Växjö

7-10 års utbildning (2 delar) i Kalmar

Komplettering från hösten 2020 för de
som missat delar i 10-12år och 12-14år
pga Covid-19.

Starter-, eltid- och domarutbildning på
distriktsnivå.

7-10 års utbildning (2 delar)
Sep-okt i Karlshamn

7-10 års utbildning (4 kvällar)
Okt i Växjö

10-12 års utbildning (4 dagar/2 delar)
Okt-nov i Växjö

10-12 års utbildning (4 dagar/2 delar)
Nov i Kalmar

12-14 års utbildning (4 dagar/2 delar)
Nov-dec i Växjö

Läger

GM-läger 30-31 okt i Växjö
13-14 år för Småland & Blekinge,
födda 2008-09, dvs 13-14 år kom-
mande säsong/2022.
Ansvarig ungdomskommitten.

FIG-UC-läger 27-28 nov i Växjö
15-20 år, födda 2002-2007.
Ansvarig Ingela Nilsson och tränarna
på Friidrottsgymnasiet Växjö.

Övrigt

Träning i Telekonsult Arena, Växjö
Kl. 13-16 lördagar okt - apr.
2500kr/säsong eller 400kr/gång.

Inbjudningar: Läggis löpande upp på www.uc-smaland.se

Utbildn.ansv: Ingela Nilsson, 070-349 92 77, ingelaniilsson56@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 3h på lördagarna under vinterhalvåret där klubbarna mot självkostnadspris kan träna och anordnar flera årliga läger/utvecklingsträffar.

Nytt angående distriktssammanslagning 2022: Småland, Blekinge och Östergötland kommer gå samman och bilda Östsvenska FIF. Utbildningsverksamheten kommer därefter hanteras av en kommitté ihop med utbildningssamordnaren. UC kommer då inte finnas kvar.

Utbildning, läger, projekt, m.m.

www.uc-smaland.se

TRÄNARE

CERTIFIERAD COACH 45 poäng, Central utb.

Urban Andersson, Växjö, tel. 070-343 52 77

Ingemar Hedin, Eksjö, tel. 070-322 53 23, ekstigen1@gmail.com

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

Tobias Olsson, Växjö, tel. 0703-28 20 61, tobbeo@atleticum.net

Hans Sundevall, Kalmar, tel. 070-552 17 51, hasse.sundevall@gmail.com

Maria Jonasson, Värnamo, tel. 076-848 39 33, maria.jonasson.jonas@spray.se

Adam Petersson, Värnamo, tel. 076-803 51 49, adampetersson@live.se

Josef Sandberg, Värnamo, tel. 076-824 08 50 josefsandberg@hotmail.com

Karl Peter Percy Petersson, Växjö, tel. 0703-75 39 42

Pär Wisme, Växjö, tel. 070-919 72 06, pelle@wisme.se

ELITTRÄNARUTBILDNING 15 poäng, Central utb.

Fredrik Ahlström, Växjö, tel. 0470-256 79, fredrik.ahlstrom@ifkvaxjo.se

Urban Andersson, Växjö, tel. 070-343 52 77

Thomas Lindén, Kalmar, tel. 0480-47 50 06, tomas.linden@telia.com (Mångkamp)

Ingela Nilsson, Växjö, tel. 0703-49 92 77, ingelaniilsson56@hotmail.com

David Stridfeldt, Växjö, tel. 070-493 31 31, david.stridfeldt@gmail.com

Håkan Widlund, Växjö, tel. 0703-695 320, hakan.widlund@vaxjo.se (Sprint/Häck)

SENIORTRÄNARUTBILDNING Central utb.

Fredrik Ahlström, Växjö, tel. 0470-256 79, fredrik.ahlstrom@ifkvaxjo.se

Anders Andersson, Skeppshult, tel. 073-962 83 87, anders@betexsport.nu (Kast)

Kjell Andersson, Färjestaden, tel. 0485-301 88, 0705-65 40 77 (Sprint, häck, medel, lång, hopp, kast)

Urban Andersson, Växjö, tel. 070-343 52 77

Agne Bergvall, Växjö, 0734-20 04 64, agne@hpcsweden.com (Mångkamp)

Jan Bengtsson, Växjö, tel. 0470-403 54, jan.bengtsson@ifkvaxjo.se (Medel/lång)

Cai Bolö, Växjö, tel. 070-399 12 54, cai.bolo@vaxjo.se (Sprint/häck)

Göran Graberg, Stensjön, tel. 0380-262 43, goran@sifidrott.se (Löpning)

Peter Hackenschmidt, Jönköping, tel. 0707-35 25 40, phacken@bredband.net (Kast)

Anders Holmberg, Växjö, tel. 0470-365 65 (Medel/lång)

Gösta Johansson, Ljungby, tel. 0372-862 99 (Löpning)

Thomas Lindén, Kalmar, tel. 0480-47 50 06, tomas.linden@telia.com (Mångkamp)

Jonas Mellblom, Växjö, tel. 0470-72 95 18, jmellis86@hotmail.com (Kast)

Ingela Nilsson, Växjö, tel. 0703-49 92 77, ingelaniilsson56@hotmail.com

David Stridfeldt, Växjö, tel. 070-493 31 31, david.stridfeldt@gmail.com

Hans Sundewall, Kalmar, tel. 0480-47 17 51 (Spjut)

Arne Svensson, Färjestaden, tel. 0485-300 47, arne.svens@hotmail.se (Hopp/Löpning, Slägga/Mångkamp)

Håkan Widlund, Växjö, tel. 0703-695 320, hakan.widlund@vaxjo.se (Sprint/Häck)

JUNIORTRÄNARUTBILDNING Central utb.

Johan Ahl, Ljungby, tel. 0372-789 319

Ann Axelsson, Jönköping, tel. 0733-10 40 16, ann.axel@telia.com

Mats Björling, Kalmar, tel. 0480-866 55, (Hopp, mångkamp)

Peter Dagerhem, Jönköping, tel. 070-624 37 55

Mats Jismyr, Tranås, tel. 070-213 26 23, 076-774 39 81

Evert Kvist, Alvesta, tel. 0472-103 31, info@alvestafridrott.se

Dan Filip Lundberg, Ljungby, tel. 0372-78 93 13

Carl-Gustaf Nilsson, Kalmar, tel. 070-444 31 02, carlgustafnils@gmail.com

Ingela Nilsson, Växjö, tel. 0703-49 92 77, ingelaniilsson56@hotmail.com

Anders Nyqvist, Tranås, tel. 070-230 25 00, nypan58@telia.com

Mats Olsson, Växjö, tel. 0470-669 55

Christer Persson, Kalmar, tel. 070-799 16 26, christer.persson@kalmarhem.se

Kjell Svensson, Virserum, tel. 0495-303 59, 073-837 91 79

Niclas Svensson, Jönköping, tel. 0732-00 12 44, 036167608@telia.com

UNGDOMSTRÄNARUTBILDNING +14 år Central/regional utb.

Johan Ahl, Ljungby, tel. 0372-789 319

Fredrik Ahlström, Växjö, tel. 0470-256 79, fredrik.ahlstrom@ifkvaxjo.se

Ove Andersson, Kalmar, tel. 0480-378 87

Leif Andreasson, Eksjö, tel. 0381-158 77

Sonny Bodén, Nybro, tel. 0481-162 36, sonny.boden@ikhinden.se

Siv Dahlgren, Tranås, tel. 0140-135 31, siwtaif@telia.com

Jan-Olof Damgren, Bankeryd, tel. 036-37 13 77

Irmgard Davidsson, Jönköping, tel. 036-758 25

Roger Didrick, Eksjö, tel. 070-561 89 60, r.didrick@telia.com

Dennis Fagerberg, Eksjö, tel. 0381-163 44

Peter Fritz, Nässjö, tel. 0736-81 19 99, sisupeter21@hotmail.com

Anna-Karin Gabrielsson, Värnamo, tel. 0708-40 22 86, annakarin61@hotmail.com

Carina o Ulf Garpmo, Nybro, tel. 0481-177 18, ulf.garpmo@gmail.com

Anders Grönvall, Jönköping, tel. 070-952 47 94, a.gronvall@telia.com

Carita Hagberg-Lantz, Växjö, tel. 0470-667 98, 076-161 10 51

Christian Hermansson, Nässjö, tel. 0380-758 03

Reine Karlsson, Skruv, tel. 073-046 46 82, reine-tour99@hotmail.com

Dan Filip Lundberg, Ljungby, tel. 0372-78 93 13

Carl-Gustaf Nilsson, Kalmar, tel. 070-444 31 02, carlgustafnils@gmail.com

Ingela Nilsson, Växjö, tel. 0703-49 92 77, ingelaniilsson56@hotmail.com

Urban Persson, Huskvarna, tel. 036-14 14 77

Johan Pyrell, Växjö, johan.pyrell@smalandsgardar.nu

Tina Rickardsson, Växjö, tina.rickardsson@gmail.com

Ivo Romè, Sävsjö, tel. 0382-137 71

Gunnar Svensson, Kalmar, tel. 0480-172 41

Jan Svensson, Huskvarna

Katarina Söderbäck, Färjestaden, tel. 0485-321 38

Susanne Wiberg, Färjestaden, tel. 0485-342 63, susanne.wiberg@hotmail.com

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

Owe Andersson, Vassmolösa, tel. 0480-378 87

Henrik Björkholm, Kalmar, tel. 0480-49 12 16, henrik.bjorkholm@gmail.com

Lasse Elfgaard, Bankeryd, tel. 072-371 18 82, elfgaardlasse@hotmail.com

Matilda Elfgaard, Växjö, 076-783 14 13, elfgaard@hotmail.com

Rasmus Elfgaard, Växjö, tel. 072-213 33 69, elfgaard@gmail.com

Ingemar Hedin, Eksjö, tel. 070-322 53 23, ekstigen1@gmail.com

Christian Hedman, Växjö, tel. 076-161 25 19, hedmanchristian6@gmail.com

Mikael Johansson, Oskarshamn, tel. 072-745 75 22, mickeosk@hotmail.com

Elin Nilsson, Växjö, tel. 073-509 13 81

Ingela Nilsson, Växjö, tel. 0703-49 92 77, ingelaniilsson56@hotmail.com

Anders Nihlstedt, Färjestaden, tel. 076-246 13 96

Mikael Nordin, Växjö, tel. 0470-625 45

Daniel Nyman, Svenljunga, tel. 073-230 78 80

Kristian Nyman, Växjö, tel. 070-650 00 05, kristian_nyman@yahoo.se

Anders Nyqvist, Tranås, tel. 070-230 25 00, nypan58@telia.com

Terese Sandberg, Huskvarna, tel. 070-423 27 63

Martin Söderberg, Blekinge, tel. 073-204 33 74, martin.soderberg@bth.se

Maria Tell, Kalmar, tel. 073-815 69 63

Mikaela Wieslander, Växjö, tel. 0470-298 37, mikaela@ifkvaxjo.se

Ulf Wiik, Sommen, tel. 0140-306 51

INSTRUKTÖRER vid SmFIFs löptränarutbildning Central utb.

Daniel Evaldsson, SK Graal/Ingelstad, tel. 070-640 51 54, daniel@dekada.se

Jessica Gylfe, Växjö, tel. 070-960 38 60, jessica.gylfe@gmail.com

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

Maria Lundgren, Växjö, tel. 072-241 18 38, marialundgren1972@gmail.com

Anders Petersson, Växjö, tel. 0708-67 86 24, anders.petersson@kungsfoto.se

Martin Söderberg, Blekinge, tel. 073-204 33 74, martin.soderberg@bth.se

INSTRUKTÖRER vid SmFIFs Organisationsledarutb. Central utb.

Michael Ostrelius, Bankeryd, 070-458 06 70, michael.ostrelius@gmail.com

DOMARE/STARTERS o.dyl.

LEG. FÖRBUNDS TEKNISK LEDARE

Kjell Ahnstedt, Värnamo, tel. 070-621 58 68, kjell.ahnstedt@live.se

Christer Bjärnlöv, Eksjö, bjarnlof.christer@telia.com

Mikael Fröberg, Växjö, 0470-72 82 44, 070-563 72 25, mikael.froberg@telekonsultarena.se

Kenthy Haglund, Värnamo, tel. 0370-462 42, 070-627 8400,

Roland Gustafsson, Eksjö, tel. 0381-61 15 00

Mats Nilsson, Eksjö, tel. 0381-149 55

Tommy Ursby, Växjö, tel. 070-638 91 39, tommy.ursby@telia.com

LEG. FÖRBUNDSOMARE

Kjell Ahnstedt, Värnamo, tel. 070-621 58 68, kjell.ahnstedt@live.se

Sten-Olof Almroth, Ljungbyholm, tel. 0480-311 60

Anders Andersson, Skeppshult, tel. 073-962 83 87, anders@betexsport.nu

Anton Bertilsson, Växjö, anton.bertilsson@hotmail.se

Henrik Björkholm, Kalmar, tel. 0480-49 12 16, henrik.bjorkholm@gmail.com

Per-Åke Bramstedt, Läckeby, tel. 0480-530 71

Per-Erik Dagerhem, Kalmar, tel. 0480-47 35 08

Per Falkman, Bor, tel. 073-776 75 97, per.falkman53@gmail.com

Roland Gustafsson, Eksjö, tel. 0381-61 15 00

Kenthy Haglund, Värnamo, tel. 0370-462 42, 070-627 8400,

Ingvar Hallin, Söderåkra, tel. 0486-213 20

Maria Jansson, Ljungby, tel. 070-566 35 06, mia.jansson@stralfors.com

Martin Joabsson, Växjö, martin.joabsson@gmail.com

Anders Lantz, Växjö, tel. 0470-667 98, 070-65 39 558

Mats Malmind, Växjö, tel. 0470-844 04

Ingela Nilsson, Växjö, tel. 0703-49 92 77, ingelaniilsson56@hotmail.com

Christer Persson, Kalmar, tel. 070-799 16 26, christer.persson@kalmarhem.se

Joakim Persson, Växjö

Karl Pettersson, Växjö

Jan Sandberg, Växjö, tel. 0470-234 81, jan.sandberg@telekonsultarena.se

Hans Sundewall, Kalmar, tel. 0480-47 17 51

Tommy Ursby, Växjö, tel. 070-638 91 39, tommy.ursby@telia.com

LEG. FÖRBUNDSBANMÄTARE

Henric Dernegård, Timmernabben, tel. 0499-232 00, henric.dernegard@gmail.com

Kent Lindblad, Kalmar, tel. 0709-55 03 64, lindblad.kent@telia.com

Andreas Lundqvist, Tranås, tel. 0723-28 27 75, lunken79@gmail.com

Carl-Gustaf Nilsson, Kalmar, tel. 070-444 31 02, carlgustafnils@gmail.com

LEG. FÖRBUNDSSTARTERS

Per Falkman, Bor, tel. 073-776 75 97, per.falkman53@gmail.com

LEG. STARTERS INOM SMÅLAND REGIONSTARTERS

Kenthy Haglund, Värnamo, tel. 0370-462 42, 070-627 8400,

Carl-Gustaf Nilsson, Kalmar, tel. 070-444 31 02, carlgustafnils@gmail.com

Anders Nyqvist, Tranås, tel. 070-230 25 00, nypan58@telia.com

DISTRIKTSSTARTERS

är i distriktet övriga verksamma starters.

LEG. FÖRBUNDELTIDTAGARE

Fia P. Hammarbäck, Växjö, tel. 0470-77 55 15, fia.permatz@spray.se

Göran Holmkvist, Eksjö, tel. 0381-146 45, 070-551 46 45

Ronny Krönvall, Värnamo, tel. 070-64 70 921, ronny.kronvall@vmomail.se

Anders Lantz, Växjö, tel. 0470-667 98, 0706-539 558

Anders Petersson, Växjö, tel. 070-355 88 05, gam.ap@telia.com

Ulfveloppet

Söndagen 19 september

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

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

Klasser:

10 km män och kvinnor motion

5 km män och kvinnor motion

2,5 km P 07-08, F 07-08. Miniloppen

1 km P 09-10, F 09-10. Microloppen

P 11-12, F 11-12,

P 13-14, F 13-14.

300 m pojkar och flickor. Energiloppen

födda -15 el. senare (ingen tidtagning)

Terräng-DM:

10 km män och kvinnor.

Lagtävling 3 löpare (automatiskt)

Starttider:

10.00 300m 10.20 2,5 km

10.10 1 km 10.45 5+10 km

Priser: Plakett/medalj till alla som fullföljer något lopp. Massor av priser utlottas bland alla deltagare. DM-medalj till de tre första i DM-klasserna.

Startavgifter:

10 km 150 kr, 5 km 100 kr. Ungdomsklasserna gratis (vid föransmälan).

Vid efteranmälan (senast 1 timme före start) tillkommer 50 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 10/9 på mail sodravi.if@telia.com eller på vår hemsida www.sodraviif.se Ange Namn, födelseår, klass och förening/ort.

Anmälningsavgiften sätts in på bg 432 – 1576 eller på Swish 123 526 3025.

VÄLKOMNA TILL EN HÄRLIG SÖNDAG I SÖDRA VI-SKOGARNA!

Södra Vi Idrottsförening, Mats tel. 070-523 27 76.

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.

AKTIVA A

Har aktivitet på arena, men kan ÄVEN ha landsvägs/terränglöpare.

Alvesta FI	C/o Evert Kvist, Sländvägen 16, 342 33 ALVESTA Tel 0472-103 31, info@alvestafriidrott.se	LÄN G
Apladalens LK	C/o Micael Lindqvist, Kuskvägen 16, 331 35 VÄRNAMO Tel. 070-244 66 96, info@apladalenslk.se	F
Athletics 24Seven SK	Box 7014, 350 07 VÄXJÖ Roger Andersson, tel. 0701-46 83 37, naturbildning@telia.com	G
Bottnaryds IF	Idrottsvägen 3, 565 76 BOTTNARYD Ordf: Sonny Stridh tel. 070-477 30 51, stridhsonny@gmail.com Kassör: Sonny Gustavsson tel. 073-916 45 27, sonny449@msn.com Sekr: Göran Holst 036-205 32, 073-254 52 01, goranholst45@gmail.com	F
Eksjö Södra IK	C/o Sören Larsson, Kullalyckevägen 6, 575 34 EKSJÖ Ordf: Jan Rudolfsson, jan.k.rudolfsson@gmail.com , 070-483 73 58 Kassör: Sören Larsson, soren_solveig@msn.com , 070-521 88 96 Ingemar Hedin tel. 070-322 53 23	F
FIK Färjestaden	C/o Annelie G.Engström, Malmgatan 33, 386 60 MÖRBYLÅNGA H Tel. 070-396 31 86, annelie.ages@hotmail.com info.fikf@hotmail.com , Arne Svensson (ordf) tel 0485-300 47, 0708-300 470, arne.svens@hotmail.se	
Glasrikets RC Nybro	Östgötagatan 27, 382 21 NYBRO Jan Arvidsson, tel. 070-229 03 65, ordforande@glasriketsrc.nu	H
Habo FIF-04	Box 146, 566 23 HABO info@habofriidrott.se , ekonomi@habofriidrott.se Lasse Elfgaard tel. 0723-71 18 82	F
IK Hakarpspojarna	IKHP-stugan, Norra Klevaliden, 561 93 HUSKVARNA Tel. kansli 036-13 30 54, friidrott@ikhp.se Anders Grönvall, tel. 070-952 47 94, a.gronvall@telia.com	F
IK Hinden	Box 26, 382 21 NYBRO friidrotten@ikhinden.se Peter Noord, 076-140 35 53, peter.noord@ikhinden.se	H
Hovslätts IK	C/o Ann Axelsson, Värnamov. 34, 553 39 JÖNKÖPING Tel. 036-12 17 43, 0733-10 40 16, ann.axel@telia.com	F
Hultsfreds LK	Slättvägen 14, 577 35 HULTSFRED Anders Andersson, anders_runners@hotmail.com Ordf. Jenni Leppelt, turism@hultsfred.se	H

Högbj IF	C/o Carl-Gustaf Nilsson, Vädursvägen 2, 393 51 KALMAR	H
	Tel. 070-444 31 02, friidrott@hogbyif.se	
Kalmar SK	Box 219, 391 22 KALMAR	H
	Ordf. Stefan Mattsson 070-33 66 122, kalmarsk@hotmail.com	
Lekeryd-Svarttorp SK	C/o Jan Svensson, Häradsv. 6, 561 43 HUSKVARNA	F
	Tel. 072-237 79 85, sara.vesterberg@hotmail.com	
Ljungby FIK	Box 851, 341 18 LJUNGBY	G
	info@ljungbyfriidrott.com	
	Paul Kovalski, tel. 076-13 43 005, paul.kovalski@gmail.com	
Oskarshamns SK	Box 33, 572 21 OSKARSHAMN	H
	oskarshamns.sk@telia.com ,	
	Ordf. AnnLis H, tel. 076-304 18 14, annlis.hellsten@bredband.net	
Ruda IF	Idrottsvägen 9, 579 71 RUDA	H
	Tel. 0491-222 39	
	Asbjörn Karlsson, 073-078 42 27, asbjorn_karlsson@hotmail.com	
IK Sisu	Centralgatan 26D, 571 41 NÄSSJÖ	F
	E-post: info@iksisu.se	
	Ordf. Marina Karlsson tel. 073-843 09 25, minan79@hotmail.com	
Skruv IF	C/o Reine Karlsson, Östra Infarten 28, 365 94 SKRUV	G
	Telefon: 073-046 46 82, 0478-205 20, skruvsfriidrott@gmail.com	
	Ordf. reine-tour99@hotmail.com	
Stensjöns IF	C/o G. Graberg, Cirkelv. 12, 571 75 FREDRIKSDAL	F
	Tel. 0380-262 43, stensjonsif@hotmail.se	
	Ordf. Mette Bromander, mette.bromander@stjarnstans.se	
IFK Sävsjö	Box 168, 576 24 SÄVSJÖ	F
	Tel. 0382-130 80, kansli@ifksavsjo.se	
	Lena Johansson tel 0709-50 82 04, lena.johansson@savsjo.se	
Södra Vi IF	Idrottsplatsvägen 60, 598 71 SÖDRA VI	H
	Tel. 0492-202 75, sodravif@telia.com	
	Kontakt friidrottsektion Anders Hårdh anders.haardh@roxx.se	
Tranås AIF FI	Box 234, 573 23 TRANÅS	F
	Siw Dahlgren, tel: 0140-135 31, siwtaif@telia.com	
	Ordf. Andreas Lundqvist lunken79@gmail.com	
Villstads GIF	Villstad 125, 333 91 SMÅLANDSSTENAR	F
	Anders Andersson, tel. 073-962 83 87, villstadsgif@hotmail.com	
Wärnamo SK	Skolgatan 1A, 331 31 VÄRNAMO	F
	mail@warnamosk.se , kassor@warnamosk.se	
	Jeanette Jarl Ågren, 076-039 32 09, ordforande@warnamosk.se	
Västerviks IF	Johannesbergsvägen 6, 593 53 VÄSTERVIK	H
	vastervikif-friidrott@hotmail.com	
	Kent Nilsson tel. 070-929 62 91	
IFK Växjö	Box 3007, 350 33 VÄXJÖ	G
	Kansli tel. 0470-161 16, info@ifkvaxjo.se	
	Ordf. Elizabeth Franklin Nordin, betтанfn79@gmail.com	
Växjö LK	Box 3007, 350 33 VÄXJÖ	G
	vaxjoloparklubb@gmail.com Anders Petersson, 0708-678 624,	
	fotografanderspe@gmail.com	

AKTIVA B

Har ingen aktivitet på arena.

338 Småland Tri o Multisport SOK Aneby	C/o Johan Eriksson, Ugglegård 16, 341 42 LJUNGBY Mob. 070-566 60 45, info@338smaland.se Jularpsvägen 6, 578 31 ANEBY info@sokaneby.se Anett Olsen tel. 073-714 89 65, ordforande@sokaneby.se	G F
Anderstorps OK	C/o Maria Hörnquist, Krokusvägen 35, 334 35 ANDERSTORP Tel. 070-357 39 90, maria.hornquist@gmail.com	F
Ankarsrums OK	C/o Anders Strömbäck, Duvatan 10, 593 42 VÄSTERVIK ankarsrumsok@telia.com Björn Liljeholm, 073-572 10 33, bjorn_liljeholm@hotmail.com	H
BHRC	C/o Mikael K. Larsson, Neptunusvägen 24, 393 51 KALMAR Tel. 070-565 82 09, mikael.kullman.larsson@gmail.com	H
Björkshults IF	C/o Brandstedt, Villavägen 13, 579 93 GRÖNSKÅRA Tel. 070-664 01 42, bjhultif@hotmail.com	H
Blackstads IF	C/o Anders Degerman, Krogen Hummelstad, 593 71 ANKARSRUM anders.degerman73@gmail.com	H
IFK Borgholm	Kungsgatan 2, 387 32 BORGHOLM Kansli tel. 072-301 00 95, kansli@ifkborgholm.se	H
Bredaryds SOK	Ringvägen 28, 330 10 BREDARYD Lars-Göran Larsson, tel. 0370/807 23, info@bsok.se , ekonomi@bsok.se	F
Brittatorp TK	C/o Evert Sjöstrand, Borlanda Västregård, 363 33 ROTTNE Tel. 070-517 28 41, evert.sjostrand@gmail.com	G
Burseryds IF	Ågatan 56, 333 77 BURSERYD Tel. 076-126 89 33, burserydsif@gmail.com Niclas Hansson 070-685 09 98, hansson.niclas@telia.com	F
Böda IK	Landsvägen, Norrböda 33, 380 74 LÖTTORP kansli@bodaik.com , Hans-Göran Gustavsson, tel. 070-519 39 11	H
Elmhults SC	C/o Filip Gustafsson, Näsvägen 19, 343 95 ÄLMHULT Filip Gustafsson 0723-52 82 79, elmhultssportclub@gmail.com	G
Emmaboda-Verda OK	C/o Peter Ekdahl, Östervägen 7, 361 42 LINDÅS Tel. 0471-137 10, 0723-10 09 48, loping@evok.se	H
FK Finn	Box 843, 341 18 LJUNGBY info@fkfinn.com Ingemar Ericsson, tel. 070-538 16 41, ingemar.ericsson-brodde@swedrive.se	G
IF Friskis & Svettis	Mosstegsgatan 12 A, 575 39 EKSJÖ fs.eksjo@gmail.com	F
IF Friskis & Svettis	Smedjegatan 6, 553 20 JÖNKÖPING Emilia Thor 036-17 31 51, emilia@jonkoping.friskissvettis.se Ekonomi: lars@jonkoping.friskissvettis.se	F
IF Friskis & Svettis	Borgmästaregat. 11, 392 35 KALMAR Tel. 0480/225 24, fax 230 50, rune@kalmar.friskissvettis.se Nicklas Anderberg, tel. 0480/295 12, 0708/ 25 73 39	H
IF Friskis & Svettis	Långgatan 16, 341 32 LJUNGBY Tel. 0372-814 56, kansli@ljungby.friskissvettis.se	G

IF Friskis & Svettis	Box 77, 285 22 MARKARYD markaryd@friskissvettis.se	G
IF Friskis & Svettis	Grönadalsgatan 9, 382 44 NYBRO Tel. 0481-510 15, info@nybro.friskissvettis.se	H
IF Friskis & Svettis	Torpgatan 12, 385 31 TORSÅS torsas.friskissvettis@gmail.com Ordf. Katarina Magnusson, tel. 0702-20 73 69	H
IF Friskis & Svettis	Bangårdsgatan 9 A, 574 31 VETLANDA Tel. 0383-70 55 70, vetlanda.friskissvettis@gmail.com Lars-Ivan Petersson, 0383-132 41, 070-582 20 30	F
IF Friskis & Svettis	C/o Chatarina Johansson, Långbrössle 309, 598 95 VIMMERBY friskisvimmerby@live.se	H
IF Friskis & Svettis	Östra Esplanaden 20, 343 31 ÄLMHULT Tel. 0476-133 00, info@almhult.friskissvettis.se Thomas Johansson, tel. 0476-811 92	G
Föra AIK	C/o Mattias Lundberg, Markgatan 24, 387 34 BORGHOLM Tel. 070-152 97 49, foraaiik@gmail.com	H
Gamleby OK	Box 60, 594 21 GAMLEBY Hans Söderberg, tel. 0493/125 65, gok@gamlebyok.se	H
Glömminge-Algutsrums IF	Britt-Marie Börjesson, Segrellsväg 1, 386 95 FÄRJESTADEN Tel. 0485-374 14, 070-49 49 647, bitteborjesson@hotmail.com	H
Gnosjö FK	Fritidsvägen, 335 32 GNOSJÖ Tel./fax: 0370/92670 Christer Park, Tel 0370/99837, Christer-park@telia.com	F
SK Graal	C/o Almarsson, Bovägen 10, 285 34 MARKARYD Jonas Almarsson tel. 070-885 61 84, info@skgraal.se	G
Hallaryds IF	C/o Lena Persson, Häradsvägen 8, 343 96 HALLARYD E-post: hallarydsloppet@gmail.com	G
IF Hallby SOK	Axamo, Hallbystugan 1, 555 94 JÖNKÖPING Tel. 036/73090, fax. 73145, Tomas Pettersson Hjelmkvist, 070-373 86 04, skidor@hallbysok.se	F
Hillerstorps Golf	Box 40, 330 33 HILLERSTORP Ordf. Ulf Nilsson 0707-76 38 91, uffe26292@telia.com Kassör Leif Mårtensson, leifmartensson@hotmail.se Löpspekt. David Oxenlöv, 070-322 75 94, hgoif.running@gmail.com	F
Hossmo RC	C/o Warrebäck, Hossmo Kyrkväg 15, 388 92 LJUNGBYHOLM styrelse.hrc@niros.se	H
Hultånäs SoFK	C/o Claes-Göran Franzén, Rås 3, 570 80 VIRSERUM Monica Strömholm rasagarden@telia.com	G
Jönköpings OK	Åsabadet 1, 562 40 TABERG Tel. 036/640 83, info@jonkopingsok.nu	F
Kalmar OK	C/o Klemming, Kyparevägen 8, 393 64 KALMAR info@kalmarok.se	H
Kalmar RC Triathlon	Box 37, 391 20 KALMAR Ordf. Ulrika Hjort tel. 0706-42 03 56, info@kalmarrc.com Kassör Bo Sundström kassor@kalmarrc.com	H
Lönashults Golf	Lyckliga gatan 19, 342 53 LÖNASHULT lonashultgoif@gmail.com , Sven-Arne Svensson tel. 0470-75 71 48	G

Markaryds FK	Box 62, 285 22 MARKARYD Inge Karlsson, 070-331 96 37, inge.k@telia.com Robert Axelsson, 0433-307 57, rexaxe@spray.se Ordf. Håkan P, 076-786 50 81, hakan.persson@svenskakyrkan.se	G
Misterhults AIS	C/o Ulf Rydberg, Misterhultsvägen 8, 572 95 FIGEHOLM Tel. 073-903 30 11, ulf.rydberg@okg.uniper.energy	H
Målilla-Mörlunda SK	Reino Thapper, Släntstigen 15, 570 84 MÖRLUNDA tel. 0495-238 45, 24 55 00, 070-60 480 18, mmski@telia.com	H
Mörbylånga Golf	Box 113, 386 02 MÖRBYLÅNGA mattiaspett@gmail.com	H
OK Njudung	Box 42, 574 21 VETLANDA Bengt Hesslekrans, tel. 0383-108 75 (b), 0383-121 20 (a), mail@oknjudung.se	F
OK Norrvirdarna	Vallanäsvägen 8, 352 59 VÄXJÖ Lars-Åke Sjökvist 076-180 29 07, info@varendgn.se	G
Ocab RC	C/o Ocab Sanering i Kalmar AB, Tjuvbackev. 6, 392 39 KALMAR Tel. 0480-47 89 31, info@orckalmar.se	H
OCR Oskarshamn	Låglandsvägen 22, 572 58 OSKARSHAMN OCR-Oskarshamn@outlook.com Andreas Högström, tel. 070-36 34 344, andreas@fiskeliv.net	H
Oskarshamns RC	Kärleksstigen 2, 572 58 OSKARSHAMN oskarshamnrc@hotmail.com , Marcus Petersson tel. 0730-76 74 28, marcuspetersson_314@hotmail.com	H
Persnäs AIF	Österskogsvägen 2, 387 70 LÖTTORP Tel. 0485-251 59, persnas.aif@outlook.com Leif Gerhardsson 070-638 21 70, leif.gerhardsson@korpen.se	H
IF Risinge LK	C/o Pia Johansson, Briggvägen 5, 352 55 VÄXJÖ Tel. 0733-97 43 83, pia.a.johansson@gmail.com Andreas Bohman 076-393 01 99, andreas.j.bohman@gmail.com	G
Skillingaryds FK	K-G Karlsson, Ljungberghsgatan 8, 568 30 SKILLINGARYD friidrott@skillingarydsfk.se	F
Sommen-Bygdens SK	C/o Magnus Gustavsson, Mossebogat. 20, 573 61 SOMMEN Tel. 0140-304 41, Holger Pettersson tel. 070-527 20 03, holger-pettersson@telia.com , Ulf Wiik 0140-306 51	F
Storebro SC	C/o Inge Ekström, Sevedegatan 5, 598 70 STOREBRO Tel. 0492-304 71, bagareinge1936@gmail.com	H
Team Runnershigh IF	Dunkehällavägen 28 B, 554 47 JÖNKÖPING Tel. 0739-22 33 31, info@teamrunnershigh.se Fakturor till inbox.lev.505858@arkivplats.se	F
Tjust Bike o. RC	Jättegatan 69, 593 52 VÄSTERVIK Esbjörn Gustafsson, tel. 0490/321 63, essa195602@gmail.com	H
Vimmerby SK	C/o Ulf Lundh, Äläkrabacken 2, 598 91 VIMMERBY info@vimmerbysk.se , Morgan Rinaldo 073-509 85 29	H
Visingsö AIS	Brahevallen, 563 94 VISINGSÖ Tel/fax: 0390-406 98 (klubbstugan), kontakt@visingsoais.se Madden Svensk, 070-172 98 79, madden@habomedia.se	F
IK Vista	C/o Olof Broström, Kullgatan 7, 561 46 HUSKVARNA Tel. 070-261 55 37, landsjonrunnt@gmail.com	F

OK Vivill	C/o Therese Friberg, Skolgatan 41, 333 32 SMÅLANDSSTENAR F Tel: 0371-323 93, info@okvivill.se , Ida Thunberg 0371-317 17
Väckelsångs IK	Björkeborgsgatan 23, 362 51 VÄCKELSÅNG G Jenny Lavesson, tel 0470-335 53, 070-519 25 53, jennylavesson@hotmail.com
Västerviks IK	Box 207, 593 23 VÄSTERVIK H info@vikhockey.se , Lars Jörbrink 070-55 55 213
Västerviks OK	Vassbäcksv. 2, 593 53 VÄSTERVIK H kansli@vasterviksok.se , Rolf. E. Johansson, tel. 0490/307 60 Anna Hertin tel. 0490/103 64
Växjö AIS	VAIS-TORPET, Fylleryd, 355 92 VÄXJÖ G Göran Sjöbäck, tel. 070-659 40 79, goransjobeck@hotmail.com
Växjö OCR Förening	C/o Evaldsson, Bramstorp, Katrineberg, 355 98 INGELSTAD G Tel. 070-640 51 54, daniel@dekada.se
Ålems OK	C/o Tomas Holmström, Helgesbo 212, 384 93 ÅLEM H Tel. 070-634 20 27, helgesbo@telia.com
Ölmstads IS	C/o Michael Eskilsson, Broddstorp, 563 93 GRÄNNA F Tel: 036-525 66, 036-523 63, info@olmstad-is.se faktura@olmstad-is.se
Örsjö IF	Trollegatan 8, 382 38 NYBRO H Ordf. Petter Wåhlin, tel. 070-240 76 75, wahlinpetter@hotmail.se

FÖRENINGSSAMMANSTÄLLNING

	F-LÄN	G-LÄN	H-LÄN	SUMMA
AKTIVA A	13	6	10	29
AKTIVA B	20	17	31	68
SUMMA	33	23	41	97

KRETSSAMMANSLUTNINGAR

Jönköpings Friidrottskrets	C/o Ann Axelsson, Värnamov. 34, 553 39 JÖNKÖPING Tel. 036-12 17 43, 0733-10 40 16, ann.axel@telia.com
Ölands Idrottskrets	Carl-Gustaf Nilsson, Vädursv. 2, 393 51 KALMAR Tel: 070-444 31 02, nilsson.calle@tele2.se
Kalmar Läns Friidrottskrets	AnnLis Hellsten, Homhällev. 20, 572 40 OSKARSHAMN (Vilande) Tel/fax: 0491-839 47, 0708-839 470, annlis.hellsten@bredband.net

SMÅLANDS FRIIDROTTSFÖRBUNDS TÄVLINGSPROGRAM 2021

(Med inlagt centrala programmet och övriga aktuella tävlingar)

Uppdaterat t.o.m. 9 maj

NOV-20

			Arrangör
14	lö	Vinterspelen, UT+, arena inomhus	Glanshammars IF
21-22	lö-sö	Göteborgs Adventspel, UT+, arena inomhus	Utby IK
22	sö	KM 60m-längd-kula 12-17år, D, UT, arena inne	IFK Växjö
28	lö	Julbockspelen, UT, arena inomhus / INSTÄLLT	Varbergs GIF
28	lö	Triumfglasspelen, UT+, arena inomhus / INSTÄLLT	Stocksåters IF

DECEMBER

5-6	lö-sö	RödBlå Vinter ungdom, UT+, arena inne / INSTÄLLT	ÖIS Friidrott
5-6	lö-sö	SAYO Indoor, UT+, arena inomhus / INSTÄLLT	Turebergs FK
12-13	lö-sö	Pers. Reks Tävlings, C, 24+12+6h, inne / INSTÄLLT	Växjö LK
15	ti	Luciasprintern, D, UT+, arena inomhus / INSTÄLLT	IFK Växjö

JANUARI

16-17	lö-sö	Örebro Indoor Games, Elit, arena inomhus	KFUM Örebro
17	sö	IVDM / INSTÄLLT	Jkpg Friidrottskrets
22-24	fr-sö	Quality Hotel Games, C, Elit, arena inne	IFK Växjö
30-31	lö-sö	ISM-IJSM-IUSM 17 MÅNGKAMP / INSTÄLLT	KFUM Örebro
30-31	lö-sö	IDM, IJDM 19, IUDM 17 / INSTÄLLT	Inlagt ovan
30-31	lö-sö	IUSM 15-16 MÅNGKAMP / INSTÄLLT	KFUM Örebro
30-31	lö-sö	IUDM 17,15 mångkamp / INSTÄLLT	Inlagt ovan
30-31	lö-sö	Pallaspelen, NT+, arena inomhus / INSTÄLLT	IK Pallas
30-31	lö-sö	Scandic Indoor Games, UT+, arena inne / INSTÄLLT	Huddinge AIS

FEBRUARI

1	må	Kultävling/Elit, C, NT, arena inne	IFK Växjö
6	lö	Stavhoppstouren #3/Elittävling	Kalmar SK, Örgryte IS
6	lö	Växjö Inomhuskast, C, 11-15år / UPPSKJUTET	IFK Växjö
6-7	lö	Växjöspelen, C, NT+, arena inne / UPPSKJUTET	IFK Växjö
6-7	lö-sö	Stora IDM-IJDM-IUDM 17, IVDM löp / INSTÄLLT	Inlagt ovan
7	må	Diskstävling/Elit, C, NT, arena inne	IFK Växjö
13	lö	Växjö Inomhuskast, C, 17år-sen / UPPSKJUTET	IFK Växjö
13-14	lö-sö	Wexio Indoor, C, Elit, arena inne	IFK Växjö
13-14	lö-sö	Stora IUDM 15, 14, 13, 12 / UPPSKJUTET	Inlagt ovan
14	sö	NOR-DEN/ISL-FIN-SWE / INSTÄLLT	Uppsala IF
19-21	fr-sö	STORA ISM	Malmö AI
20	lö	Ymerspelen, UT+, arena inomhus	IK Ymer, Borås
25	to	Kultävling/Elit, C, NT, arena inne	IFK Växjö
27-28	lö-sö	STORA IJSM 19-22 / INSTÄLLT	Skellefteå AIK
27-28	lö-sö	STORA IUSM 17 / INSTÄLLT	IFK Växjö

MARS

5-7	fr-sö	IEM	Torun, POL
7	sö	Diskustävling/Elit, C, NT, arena inne	IFK Växjö
12-14	fr-sö	IVNM / UPPSKJUTET till 2022	Hafnarfjordur, ISL
13-14	lö-sö	STORA IUSM 15+16 / INSTÄLLT	Varbergs GIF + Göteborg
13-14	lö-sö	EUROPACUPEN KAST / UPPSKJUTET	Leiria, POR
13-14	lö-sö	Växjömångkampen, C, UT 12-14år / INSTÄLLT	IFK Växjö
13-14	lö-sö	IUDM 12,13,14 mångkamp / INSTÄLLT	Inlagt ovan
19-21	fr-sö	IVM / FLYTTAT Till 2023	Nanjing, CHN
20-21	lö-sö	GM 13-14 ÅR / INSTÄLLT	IFK Göteborg
27	lö	Vår-cupen, C, UT, arena inomhus / INSTÄLLT	Tranås AIF
27	lö	<i>Annelundsrundan</i> , C, asfalt-gata / INSTÄLLT	FK Finn
28	sö	Marsträffen, D, UT+, arena inomhus / KUBBTÄVL.	IK Hinden
31	on	<i>Dymmelloppet</i> , D, terr, 6+4+2+1 km / UPPSKJUTET	O-hamns SK

APRIL

5	må	<i>Hallarydsloppet</i> , C / INSTÄLLT	Hallaryds IF
17	lö	IVSM FEMKAMP / INSTÄLLT	Nyköpings BIS
17	lö	<i>JB Bilar Skälbyloppet</i> , C / UPPSKJUTET	Högby IF
18	sö	DM, JDM, UDM, VDM Terräng / UPPSKJUTET okt	Wärnamo SK
24	lö	Elittävling kast Växjö, C, Arenastadens kastpark	IFK Växjö
25	sö	<i>Landsjön Runt</i> , D, asf, 12,5+5,5+2km / VIRTUELLT	IK Vista

MAJ

1	lö	<i>Växjöloppet</i> , C, bland u, 21+10+4,7 km / VIRTUELLT	IFK Växjö
2	sö	<i>Vårloppet</i> , D, terräng 10+5+1 km / INSTÄLLT	FIK Färjestaden
8	lö	<i>Ölands Kyrkstafett</i> , C, / INSTÄLLT	Högby IF / Öl.Idr.krets.
8-9	lö-sö	EUROPACUPEN KAST / UPPSKJUTET	Split, CRO
13	to	Kasttävling elit + ungdom, C, arena	Villstad GIF
14-30	fr-sö	WORLD MASTER GAMES / UPPSKJUTET till 2022	Kansai, JPN
15	lö	Elittävling stav, C, NT, arena	IFK Växjö
15	lö	Marknadsspelen, C, UT+, arena / INSTÄLLT	Skruus IF
17-23	må-sö	<i>Våruset Kalmar</i> , C, tjej, 5 km / VIRTUELLT	Högby IF, FIK F-stad.
17-23	må-sö	<i>Våruset Växjö</i> , C, tjej, 5 km / VIRTUELLT	IFK Växjö
17-23	må-sö	<i>Våruset Jönköping</i> , C, tjej, 5 km / VIRTUELLT	IK Hakarpspojarna
18	ti	Hopptävling, D, UT, arena	Wärnamo SK
22	lö	Junespelen, D, UT, arena	IK Hakarpspojarna
22	lö	<i>ALK trail</i> , D, terräng 30+15 km + knattelopp 800m	Apladalens LK
22-23	lö-sö	Ljungby Mångkamp, C, elit	Ljungby FIK
23	sö	Kasttävling, D, UT, arena	Eksjö Södra IK
25	ti	Löptävling, D, UT, arena	Wärnamo SK
28	fr	<i>Eksjö Stadslopp</i> , C, asf, / INSTÄLLT	Eksjö Södra IK
28-30	fr-sö	VEM BERGSLÖPNING	Val Tramontino, ITA
29	sö	LAG-SM KVAL	Tjalve IF Norrköping
29	sö	GÖTALANDS-SERIEN, MATCH 1 / INSTÄLLT	
29	lö	<i>England Runt</i> , C, bland u, 10+5+1,7 km	Markaryds FK
29	lö	Hindenspelen, C, UT+ arena / INSTÄLLT	IK Hinden
29-30	lö-sö	<i>Backyard Ultra</i> , D, grus varv 6,7 km	Hultsfreds LK
30	sö	Elittävling stav, C, NT, arena	IFK Växjö

JUNI

22/5 - 27/5	Lag-UDM match 1, P13, F13, Mix11	Hemmaplan
5	lö EUROPACUPEN 10.000M	Birmingham, GBR
5	lö Stora DM-JDM-UDM	Jkpg Friidrottskrets
5	lö <i>Västerviksmilen & VO-Joggen City, C, asf 10+5+1k</i>	Västerviks OK
6	sö <i>Möbelriket Trailrun, D, terräng-stig, 10+5+2+0,2 km</i>	OK Norrvirdarna
12	lö Habo Challenge, C, NT+, arena	Habo FIF-04
12-13	lö-sö NM-JNM-UNM MÅNGKAMP	Seinäjäki, FIN
12-13	lö-sö Sollentuna Combined Events Challenge	PC mångkamp
19	lö <i>Öland Ultra, C, 50+25 km</i>	Högby IF
19-20	lö-sö LAG-EM FIRST LEAGUE	Cluj-Napoca, ROU
23	on Vätterspelen, C, NT+, arena	Hovslätts IK, Habo FIF
30	on <i>Böda Beach Run, C, 10+5+2,5+0,5 km</i>	Högby IF

JULI

1	to LAG-SM FINAL	IFK Halmstad
2-4	fr-sö Öresundsspelen, UT+ arena	IFK Helsingborg
2-10	fr-sö VVM / UPPSKJUTET TILL 2022	Tampere, FIN
3	lö EM BERGSLÖPNING	Cinfaes, POR
3	lö <i>Kalmar Malkars 21 KM, C, 21,1+5 km, asf-gata</i>	Högby IF
3	lö DM, VDM halvmarathon	Inlagt ovan
3-4	lö-sö SM HINDERBANELÖPNING (OCR)	Eskilstuna Friidrott
4	sö SM-VSM 100KM	IFK Halmstad
8-11	to-sö JEM 22 ÅR	Bergen, NOR
9	fr <i>Böda Sandsloppet, C, 6,5+4+1,8+1 km</i>	Högby IF
9	fr <i>Byrundan, C, asf-väg-gata, 8+4+1,2 km</i>	Gamleby OK
10-11	lö-sö Världsungdomsspelen, UT+ arena	Göteborgs FIF
10-11	lö-sö Bottnarydskastet, C, IT, arena	Bottnaryds IF
13	ti SM-JSM22-VSM 10 KM LANDSVÄG	Hälle IF, Villstad GIF
13	ti <i>Anderstorp Halfmara, C, racebana, 21+10km</i>	Hälle IF, Villstad GIF
15 ?	to ? <i>Victorialoppet, C, / VIRTUELLT</i>	IFK Borgholm
15-18	to-sö JEM 19 ÅR	Tallinn, EST
17	lö Ölandsspelen, C, UT+, arena	Högby IF
17	lö DM 5000m, m.m.	Inlagt ovan
17-18	lö-sö Sommarspelen, UT+, arena	Åhus FK
18	sö Jubileumsspelen, C, UT+, arena	Oskarshamns SK
22	to <i>Mörbylångadalen Upp o Ner, D, asf/grus/trail,14k</i>	Mörbylånga Golf
24	lö <i>Hornsjön Runt, C, terr stig, 11+5,5+2,9+1,5+0,8 km</i>	Högby IF
24	lö Kalmar Sommarspel, C, UT+, arena	Kalmar SK
24-25	lö-sö SM-VSM 24 H	Team Ultrasweden LK
28	on <i>ATEA Kalmarmilen, C, asf-gata 10+1,2+0,4 km</i>	Högby IF
30	fr <i>Löttorpsvarvet, C, 6,2+1,4+0,8 km</i>	Högby IF
30-8	fr-sö OS	Tokyo, JPN
31	lö Sisu-spelen, C, UT+, arena	IK Sisu, Nässjö
31-1	lö-sö SM-JSM-USM-VSM STAFETT	Södertälje IF
?	? Lag-DM	Arr sökes
?	? DM, VDM 10.000m	Eksjö Södra IK
24		

AUG

1	sö	<i>Hultanäsloppet</i> , D, bland u, 13,4+6,7+3,5+1,2 km	Hultanäs SoFK
7	lö	<i>Personliga rekordens backyard</i> , C, asf/stig varv 6,7km	Växjö LK
7	lö	<i>Ölands Marathon</i> , C, asf-väg, 42.195m, inkl ÖM-VÖM	Högby IF
7-8	lö-sö	SM-JSM-USM MÅNGKAMP	Ljungby FIK
7-8	lö-sö	DM, JDM, UDM Mångkamp	Inlagt ovan
13-15	fr-sö	USM 16-17	Tjalve IF Norrköping
14	lö	<i>Jönköping Marathon & Half Marathon</i> , C	Team Runnershigh
14	lö	DM, VDM marathon	Inlagt ovan
14	lö	Kräftspelen, C, UT+, arena	Villstad GIF
14/8 - 12/9		Lag-UDM match 2, Mix11	Hemmaplan
15	sö	WSK-spelen, C, UT+, arena	Wärnamo SK
17	ti	Smålandspelen, D, UT+, arena	IFK Växjö
17	ti	<i>Blodomloppet Jönköping</i> , C, asf/grus, 10+5 km	Hovslätts IK
17-22	ti-sö	JVM	Nairobi, KEN
20	fr	<i>VP Citylopp</i> , C, asf väg-gata, 10+5+1,7+1+0,4 km	OK Njudung
20-22	fr-sö	JSM 19-22, USM 15	Linköpings GIF
20-22	fr-sö	STORA VSM	Turebergs FK
26-29	to-sö	UEM / INSTÄLLT	Rieti, ITA
27	fr	<i>Nattloppet Kalmar</i> , C, asf.gata-väg, 4,9 km	Högby IF
27-29	fr-sö	FRIIDROTTS-SM	IK Ymer, Borås
28	lö	<i>Blomsterloppet</i> , D, grusväg, 11,7+5,7+1,6+0,8 km	Ålems OK
28	lö	<i>Festivalloppet</i> , C, 21+10+4,8 km	SK Graal
30	må	<i>Kalvinknatet</i> , C, knatte, gräs/grus, 1,4+1,0+0,6km	Högby IF / MAI

SEP

3-5	fr-sö	VEM BERGSLÖPNING	Österrike
4	lö	<i>Mullsjö x-trail ½ marathon</i> , C	Mullsjö SOK
4	lö	<i>Florhultsloppet</i> , D, blandat underlag 5,7 km	Glasrikets RC Nybro
4-5	lö-sö	FINNKAMPEN	Stockholm/S
4-5	lö-sö	FINNKAMPEN 17 ÅR	Stockholm/S
5	sö	HIK-kampen, C, UT+, arena	Hovslätts IK
5	sö	<i>Visans Skeppsloppet</i> , D, bland u. 8+2,5+1+0,5 km	Storebro SC
8	on	<i>Blodomloppet Växjö</i> , C, bland u, 10+5 km	IFK Växjö
11	lö	GÖTALANDS-SERIEN, MATCH 2	
11	lö	<i>Göteborgsvarvet, Halvmarathon</i>	Göteborgs FIF
11	lö	SM HALVMARATHON	Inlagt ovan
11-12	lö-sö	Stora VDM	Wärnamo SK
12	sö	Lag-UDM match 2, P13, F13, Mix14-17	Ljungby FIK
12	sö	LAG-USM	Gefle IF
12	sö	Ränneborgskastet, C, UT+, arena	Eksjö Södra IK
12	sö	<i>LöpRallarn</i> , D, 15+7,5+5+2+1 km	IF Hallby, Bottn. IF
18	lö	<i>Kalmar Backyard Ultra</i> , C, grus, varv 6.706m	Högby IF
18	lö	Kalmarspelen Ingvar Thomssons minne, C, UT+	Kalmar SK
18-19	lö-sö	GM 13-14 ÅR	Malmö AI
19	sö	SM TRAILLÖPNING	Hälle IF
19	sö	<i>Ulveloppet</i> , D, terrst, grusv, 10+5+2,5+1 km	Södra Vi IF
19	sö	DM lång terräng, M/K 10 km	Inlagt ovan

24	fr	Hillerstorps Adventure Race, C, asf/grus, 10,4+5,2+1,5+0,4 H. Golf	
24-26	fr-sö	TCS Lidingöloppet	IFK Lidingö, StHm FIF
26	sö	TAIF-spelen, C, UT+, arena	Tranås AIF

OKT

2	lö	Äppleloppet, D, kup terräng, 5 km	IK Vista
3	sö	VDM kastmångkamp	Oskarshamns SK
9	lö	ASICS Stockholm Marathon	Hässelby SK / Spårv.FK
9	lö	SM I MARATHON	Inlagt ovan
9	lö	Ekerumsloppet, C, terr-stig, 10+1,6 km	Högby IF
10	sö	Elmeloppet, D, mot-spår, 10+5+3,8 km	Elmhults SC
16	lö	Växjö Marathon, C, asf-väg, hel+halvmara	Växjö LK
17	sö	DM, JDM, UDM, VDM Terräng	Wärnamo SK
23-24	lö-sö	SM-JSM-USM-VSM TERRÄNG	Höganäs FI, IS Göta
24	sö	Havslättsmarodören, D, terräng 6,5 km	Oskarshamns SK
28/8-24/10		DM Castorama	Hemmabanor
30	lö	John Bauer Trail Run, C, kup.terr. 18+10+4+2k	IK Hakarpspojarna
30	lö	WärnamoMilen, C, bl.u, 10+5+1km	Wärnamo SK

NOV

7	sö	NM-JNM TERRÄNG	Tullinge FI, Hudd. AIS
11-14	to-sö	VM TRAIL- & BERGSLÖPNING	Chiang Mai, THA

DEC

12	sö	EM TERRÄNG	Turin, ITA
31	fr	Sylvesterloppet Anderstorp, C, asf/väg, 10+5+1,5 km	A-torps OK
31	fr	Sylvesterloppet Kalmar, C, asf, 10+5+2,4+1,2+0,7km	Högby IF

FÖRKORTNINGAR I TÄVLINGSPROGRAMMET

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

VETERANCUPEN I LÖPNING

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 segern.

Tävlingar

Juli 3	Halvmarathon	Högby IF (Kalmar Malkars 21 KM)
Juli 17	5.000m	Högby IF (Ölandsspelen)
Aug 14	Marathon	Team Runners High (Jkpgs Marathon)
Sep 11-12	100-200-800-1500m	Wärnamo SK
?	10.000 m	Eksjö Södra IK
Okt 17	Terräng 4 km	Wärnamo SK

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

Två deltagare inräknas oavsett klass.

OBS Arrangör! Resultattistor alltid till Vet.kom.ordf. Ronny Krönvall, Svartkråkevägen 15, 331 42 VÄRNAMO, e-post: 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.

Utset 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>
Förening	400 kr	650 kr
Företag	450 kr	900 kr

Vid intresse, kontakta 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

Beställ av Smålands FIF, 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

www.sr.se/jonkoping, sport.jkpg@sverigesradio.se

RADIO KRONOBERG

Box 62, 351 03 Växjö, tel. 0470-72 60 65

www.sr.se/kronoberg, sporten.kronoberg@sr.se

RADIO KALMAR

391 83 Kalmar, tel. 0480-590 00

www.sr.se/kalmar, sport.kalmar@sverigesradio.se

SVT "SMÅLANDSNYTT"

Box 3050, 350 33 Växjö, tel. 0470-77 88 00

www.svt.se/smalandsnytt, smalandsnytt@svt.se

Minneslista för RESULTATLISTOR

Efter varje friidrottstävling ska arrangören sammanställa en resultatlista för tävlingen och maila till markus.andersson@smfif.se

Två nyheter från 2020:

1. Nya tävlingsregler för barn, dvs 11 år och yngre, här ska resultatlistor ej sorteras i resultatordning, istället t.ex. bokstavsordning, och ingen publicering på webben utan endast lokalt på idrottsplatsen. Varje aktiv bör dock få med sig papper hem på sina egna resultat.

2. SFIF har ett nytt statistiksystem som alla resultat ska in i, större arenaarrangemang använder i regel ett administrationsprogram som har inbyggd funktion att rapportera till SFIFs system (dessa har det: • Antelope • AthletiComp • EasyRecord • Hego • Track&Field • WebAthletics), medan mindre arrangemang, långlopp, m.m. ska använda en resultatmall och maila resultat@friidrott.se

I alla resultatlistor ska följande saker finnas angivna:

Datum, Plats, Arrangör och Tävlingsledare. Samtliga resultat inkl. försök etc. Namn, födelseår och klubbtilhörighet på deltagare, redskapsvikt, häckhöjd och vind vid berörda grenar.

REGLER FÖR SANKTION

och hur olika tävlingar anses sanktionerade.

Ansökan om sanktion, både distrikts och central, görs för närvarande i FRIDA som föreningen kommer åt via sin friidrottshemsida på IdrottOnline. Planer finns dock på att ersätta FRIDA med något nytt system.

Ansökningsperiod	Sanktionsavgift till SFIF
Central, inomhus: maj	Arena 550 kr / dag
Central, utomhus: september	Arena 550 kr / dag, Långlopp 1100 kr
Distrikts, inomhus: september	-
Distrikts, utomhus: september	-

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 klubb tävlingar, resultat från dessa räknas till årsstatistik, men godkänns ej som distriktsrekord.



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.

INBJUDAN

Arrangör skall sända inbjudan ca en månad innan sista anmälningsdag till:

* **SMÅLANDS FIF**, markus.andersson@smfif.se

* Föreningar klassade **AKTIVA A**, och vid terräng-DM, 10.000m, 5.000m, marathon och halvmaraton även till föreningar klassade såsom **AKTIVA B**.

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 lagtäv. 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 och Mångkamps-DM där Smålands FIF står för pris-kostnaden.

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 = 600 kr per lag till arrangör.

UDM = 250 kr per lag till Smålands FIF, varav 125 kr/lag delas ut till arr. av match 2

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 som publiceras på arrangörs hemsida och skickas till SFIFs nya statistiksystem.

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 åldersklass. 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 *Nytt fr.o.m. 2018*

Vi har inga begränsande regler för att få tävla på Smålands DM, mer än att man representerar en förening ansluten till Smålands Friidrottsförbund.

Detta innebär mildare regler jämfört med vad som står i regelboken, där det ställs vissa krav på ej svenska medborgare om att vara folkbokförd i Sverige, huvudsakligen vistas här och inte delta på hemnationens mästerskap samma kalenderår. Tävlingsstillstånd ska sökas hos Svenska Friidrottsförbundet och det finns två nivåer, en för vanliga tävlingar och en striktare nivå för mästerskap. Den aktives ålder påverkar också, där lägre krav gäller om man fyller max 17 år under året.

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 2021

UTOMHUS

5 JUNI. STORA DM, JDM 19, UDM 17, 15, 14, 13, 12

Kommer ej genomföras fullt ut pga corona, oklart exakt hur det blir.

Enbart Dag 1 enligt nedan. Arr: Jönköpings Friidrottskrets.

Tidigare en DM-helg. På Höstmötet 2019 beslutades att helgen delas upp i två dagar, vi ska "försöka" genomföra båda varje år, men hittar vi ej datum/arrangör körs dag 1 & dag 2 enligt nedan vartannat år.

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/DAGEN

* Åldersbundet utom i seniorer.

* Max 3 grenar per dag i UDM 12-14år.

* M+P19+P17 och K+F19+F17 tävlar tillsammans som en klass, dvs inga separata heat/finaler, efteråt kommer 19år och 17år dock få dubbla placeringar.

3 JULI. DM, VDM HALVMARATHON

Endagsarr. Arr: Högby IF (Inlagt i Kalmar Malkars 21 KM)

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

Räknas "dubbelt" egen åldersklass + seniorer.

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

7-8 AUG. DM, JDM 19, UDM 17,15,14,13,12 I MÅNGKAMP

Tvådagarsarr. Arr: Ljungby FIK. 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.

14 AUG. DM o VDM MARATHON

Endagsarr. Arr: Team Runnerstigh IF (Inlagt i Jönköpings Marathon)

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

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

11-12 SEP. STORA VDM

Tvådagarsarr. Wärnamo SK.

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.

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

DATUM? DM, VDM 10.000M

Endagsarr. Arr. Eksjö Södra IK.

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

Tiderna avgörande för plac. och "dubbelplacering" gäller i M/K + egen klass.

19 SEP. LÅNG-DM I TERRÄNG

Endagsarr. Arr: Södra Vi IF (Inlagt i Ulfveloppet)

M 10km

K 10km

Lagtävling tremanna (automatiskt)

3 OKT. VDM KASTMÅNGKAMP

Endagsarr. Oskarshamns SK.

M/K vet: Kastmångkamp (slägga, kula, diskus, spjut, vikt)

17 OKT. DM, JDM, UDM, VDM I TERRÄNG

Endagsarr. Arr: Wärnamo SK

Åldersbundet utom i senior M/K.

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.

28 AUG - 24 OKT. DM I CASTORAMA

Föreningars arrangemang på hemmabanor. Ej åldersbundet.

M/K. Individuellt och lag.

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).

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 2022 PLANERAS:

Då har vi gått ihop med Blekinge & Östergötland och bildat Östsvenska FIF. DM-programmet kommer påverkas av detta och fastställas hösten 2021. Enligt nedan är hur det sett ut tidigare år.

STORA IVDM

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

STORA IDM, IJDM 19, IUDM 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

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

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

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

P/F 13,12: 60m, 200m, 800m, 1500m, 60m häck, höjd, stav, längd, tresteg, kula

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

Eventuellt tillkommer någon stafett.

IDM, IJDM 19, IUDM 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)

IUDM 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)

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.

DM FÖR KLUBBLAG 2021

DATUM OCH ARRANGÖR EJ KLART

Anmälan och startavgift (600 kr) direkt till arrangören.

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

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

REGLER

Varje lag ställer upp med en deltagare per gren individuellt

Varje deltagare har rätt delta 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 MIX11, P13, F13, MIX14-17

DATUM O ARRANGÖRER

Match 1: 22 maj - 27 juni på hemmaplan, kontaktperson Ingemar Hedin, SmFIF
För Mix 11 & P/F13 Tel. 070-322 53 23, friidrottsutvecklare@smfif.se

Match 2, uppdelat:

Mix 11: 14 aug - 12 sep på hemmaplan.

P/F13 Sön 12 sep Ljungby FIK, Mia Jansson, 070-566 35 06, mia.jansson@stralfors.com

Mix 14-17år Sön 12 sep Ljungby FIK.

GRENAR

Mixklass 11 år

Match 1: 60 m, 400 m, höjd, längd, kula, boll, stafett 5 x 60 m

Match 2: 60 m häck, 200 m, 600 m, höjd, längd, diskus, stafett 5 x 60 m

P13, F13

Match 1: 60 m häck, 200 m, 600 m, höjd, längd, kula, spjut, stafett 5 x 60 m

Match 2: 60 m, 1500 m, 200 m häck, stav, tresteg, diskus, slägga, stafett 5 x 60 m

Mix 14-17: 100m, 800m, 2000m, 80/100/110m häck, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, Mix 4x100m.

ANMÄLAN M.M.

Anmälan: 11 & 13år: Senast 21 maj till friidrottsutvecklare@smfif.se

13år: + besked till Ljungby senast 2 sep om ni kommer.

14-17år: senast 22 aug till friidrottsutvecklare@smfif.se

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: 250 kr / lag. SmFIF skickar faktura.

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

Arrangörsbidrag: SmFIF betalar till arrangör av gemensam match, 125kr / lag.

HEMSIDA:

<https://eksjosodraik.myclub.se/lag-udm>

REGLER MIX 11

Lagets sammansättning: Ett lag ska bestå av 3-8 pojkar eller flickor.

Alla deltagare har rätt att starta i alla grenar. För att laget ska kunna få full poäng måste minst tre personer starta i varje gren.

Föreningar som inte har tillräckligt många aktiva för att starta med ett eget lag kan bilda lag med en annan förening.

Aktiva tävlar i samma lag och klass i alla lagmatcherna. Undantaget är när den aktives lag inte kan ställa upp i nästkommande match.

Då har den aktive rätt att byta lag.

Antal försök:

Tre försök i längd, tresteg och i alla kast.

Poängberäkning:

Enligt Tyrvingtabellen. De tre bästa resultaten per gren summeras.

Priser:

UDM-medaljer till samtliga deltagare.

REGLER P/F13

Lagets sammansättning: Ett lag ska bestå av minst tre deltagare och en deltagare per gren.

Varje aktiv får tävla i max två grenar + stafett.

Föreningar som inte har tillräckligt många aktiva för att starta med ett eget lag kan bilda ett sammansatt lag med en annan förening.

Sammansatta lag och Blekingeföreningar deltar utom tävlan.

Aktiva får inte tävla i två olika klasser eller lag vid samma tillfälle.

Undantaget för lag och klassbyte gäller när den aktives lag inte kan ställa upp i Match 2, då är byte av lag och klass (till äldre) okej.

Antal försök:

Fyra försök i längd, tresteg och i alla kast.

Poängberäkning:

Efter antalet deltagande lag matchdagen. Tex. 6 lag = 6, 5, 4, 3, 2, 1p

Gäller upp till 15 lag, vid fler än så får 1an 15p och plac 15-16-osv 1p

Skulle två lag stanna på samma poäng, avgör antal grensegrar,

därefter placering i avslutande stafetten.

Priser:

UDM-medaljer topp-3 lagen, alla deltagare i dessa lag.

REGLER MIX 14-17

Lagets sammansättning: Ett lag ska bestå av minst tre deltagare där varje lag ställer upp med en deltagare per gren oavsett kön.

Ett lag kan bestå av bara flickor eller pojkar. Undantag är stafetten på 4 x 100m där laget får bestå av max två pojkar.

Varje deltagare oavsett kön tävlar utifrån sin åldersklass när det gäller redskapsvikter och häckhöjder.

Varje deltagare får tävla i max tre grenar + stafett.

Föreningar som inte har tillräckligt många aktiva för att starta med ett eget lag kan bilda lag tillsammans med en annan förening.

Sammansatta lag och Blekingeföreningar deltar utom tävlan.

Antal försök:

Fyra försök i längd, tresteg och i alla kast.

Poängberäkning:

Varje grenresultat räknas om till poäng enligt Tyrvingtabellen, vilket innebär att resultaten kan jämföras oavsett klass och kön.

Skulle två lag stanna på samma poäng, avgör antal grensegrar enligt poängtabellen, och därefter placering i den avslutande stafetten.

Priser:

UDM-medaljer topp-3 lagen, alla deltagare i dessa lag.

LAG-SM och SVENSKA FRIIDROTTSCUPEN

Årets Lag-SM-final kommer att vara en del av den tv-sända SM-veckan. Nedanstående lag är kvalificerade genom sina resultat under 2019. Till finalen går också vinnarna i respektive kvaltävling den 29 maj.

LAG-SM

MÄN

Hammarby IF
Hässelby SK
Spårvägens FK
Ullevi FK
IFK Växjö
Örgryte IS
Kvalificerat lag
Kvalificerat lag

Torsdag 1 juli, Arr: IFK Halmstad

KVINNOR

IF Göta Karlstad
Hässelby SK
Spårvägens FK
Ullevi FK
Upsala IF
IFK Växjö
Kvalificerat lag
Kvalificerat lag

SVENSKA CUPEN / LAG-SM KVAL

Uppdelat på två kvalgrupper som båda kör match lördagen 29 maj.

Arrangör Huddinge AIS

Män

Huddinge AIS
Högby IF
IFK Lidingö
IFK Umeå
Upsala IF
KFUM Örebro

Kvinnor

Gefle IF
Hovslätts IK
Huddinge AIS
IFK Lidingö
Täby IS
KFUM Örebro

Arrangör Tjalve Friidrott Norrköping

Män

IF Göta Karlstad
IF Kville
Malmö AI
Mölnåls AIK
Tjalve Friidrott
Västerås FK

Kvinnor

Linköpings GIF
Mölnåls AIK
Tjalve Friidrott
Trollhättan FIK
Västerås FK
Örgryte IS

GÖTALANDSSERIEN 2021

Match 1: **INSTÄLLD**, Match 2: **Lördag 11 september**. Arrangörer ej klara.

<http://idrottonline.se/SvenskaFriidrottsforbundet/Regionerna/gotalandsregionenfridrott>

Kvinnor, division 1

Motala AIF
IFK Lund
Åhus FIK
Malmö AI
IFK Göteborg
Ljungby FIK

Match 2 i ??

Kvinnor, division 2

IK Lerum
Sävedalens AIK
Eslöv AI / Höör IS
Högby IF

Match 2 i ??

Kvinnor, division 3, Västra

IF Rigor
IF Kville
IK Orient
Göteborgs KIK
Falkenbergs IK

Kvinnor, division 3, Östra

UF Contact
IK Sisu Nässjö
IK Hakarpspojarna
IF Udd
Heleneholms IF
Finspångs AIK

Match 2 i ?? + ??

Män, division 1

IFK Lund
Linköpings GIF
IFK Göteborg
Ljungby FIK

Match 2 i ??

Män, division 2

IK Sisu Nässjö
Trollhättan FIK
Tranås AIF
Sävedalens AIK
Finspångs AIK
IF Udd

Match 2 i ??

Män, division 3, Västra

IF Rigor
IK Lerum
IK Orient
Falkenbergs IK

Män, division 3, Östra

IK Hakarpspojarna
Åhus FIK
UF Contact

Match 2 i ?? + ??

GRENAR

Div 1: 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 5000m, 1500/3000H, 100/110H, 400H, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, stafett 4x100m

Div 2 M1: 100m, 400m, 800m, 5000m, 3000H (män), 100/110H, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, stafett 4x100m

M2: 200m, 400m, 1500m, 5000m, 3000H (män), 400H,

höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, stafett 1000m

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

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

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	2.85	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	Landskamper							} 12
	Individuellt.....	12	8	4	-	-	-	
	lagtävling 1.....	10	-	-	-	-	-	
	lagtävling 2.....	4	-	-	-	-	-	
Svenskt mäst. SM	Svenskt mäst. SM							} 10
	Individuellt.....	10	6	3	-	-	-	
	lagtävling 1.....	8	5	2	-	-	-	
	lagtävling 2.....	3	1	-	-	-	-	
Landskapsmatch och landsdelsmäst.	Landskapsmatch och landsdelsmäst.							} 6
	Individuellt.....	6	4	2	-	-	-	
	lagtävling 1.....	5	-	-	-	-	-	
	lagtävling 2.....	2	-	-	-	-	-	
Distriktsmäst. DM	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. 2021-04-20.

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	7:57,55	David Nilsson	Högby IF	2020
5000m	13:31,54	Kent Claesson	Skillingaryds FK	1998
5km väg	13:42	David Nilsson	Högby IF	2020
10000m	28:32,82	David Nilsson	Högby IF	2020
10km väg	28:12	David Nilsson	Högby IF	2020
½-marathon	1:01:40	David Nilsson	Högby IF	2020
Maraton	2:10:09	David Nilsson	Högby IF	2020
100km	7:57:35	Joacim Martinsson	Växjö Löparklubb	2018
3000mH 91,4	8:34,89	Henrik Ahnström	Brittatorps TK	2005
110mH 106,7	13,81	Hampus Widlund	IFK Växjö	2019
400mH 91,4	50,44	Hampus Widlund	IFK Växjö	2019
Höjd	2,22	Stefan Karlsson	IK Sisu	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	63,63	Jakob Gardenkrans	Athletics 24Seven	2018
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. 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	4:15,5m	Peter Fallénius	OK Njudung	1988
3000m	7:48,44	Kent Claesson	Skillingaryds FK	1997
60mH 106,7	7,72	Alexander Brorsson	Athletics 24Seven	2017
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	18,89	Viktor Gardenkrans	Athletics 24Seven	2020
Vikt 15,88	21,17	Anders Eriksson	Hovslätts IK	2018
Sjukamp	5.866p	Marcus Nilsson	Högby IF	2018
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	19,06	Fanny Roos	Athletics 24Seven	2019
Diskus 1,0	56,89	Fanny Roos	Athletics 24Seven	2019
Slägga 4,0	62,15	Rebecka Kvist	Alvesta FI	2007
Spjut 600	61,42	Anna Wessman	IFK Växjö	2016
Vikt 9,08	12,78	Anna Ek	IK Hakarpspojarna	2012
Sjukamp	7.032p	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	18,61	Fanny Roos	Athletics 24Seven	2019
Vikt 9,08	16,62	Rebecka Kvist	Alvesta FI	2011
Femkamp	4.948p	Carolina Klüft	IFK Växjö	2005

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	63,63	Jakob Gardenkrans	Athletics 24Seven	2018
Slägga 7,26	71,14	Anders Eriksson	Hovslätts IK	2016
Spjut 800	75,72	Isak Oskarsson	IFK Växjö	2018
Tiokamp	7.883p	Nicklas Wiberg	FI Kalmarsund	2006
Staf. 4x100m	41,36	IFK Växjö (Daniel Gyuricsko, Björn Gunnarsson, Joakim Larsson, David Nilnor)		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	18,21	Fanny Roos	Athletics 24Seven	2017
Diskus 1,0	53,71	Fanny Roos	Athletics 24Seven	2017
Slägga 4,0	61,43	Rebecka Kvist	Alvesta FI	2005
Spjut 600	57,09	Anna Wessman	IFK Växjö	2011
Sjukamp	7.001p	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
Staf. 4x100m	47,39	IFK Växjö (Linda Flygare, Linda Hansson, Jenny Järgren, Johanna Henriksson)		1993
Staf. 4x400m	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	10,51	Thomas Jones	IFK Växjö	2020
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	14:17,11	Omar Nuur	IFK Växjö	2019
2000mH 91,4	5:43,01	Omar Nuur	IFK Växjö	2019
110mH 100,0	14,11	Thomas Jones	IFK Växjö	2020
400mH 91,4	52,28	Marcus Nilsson	Högby IF	2010
Höjd	2,14	Emil Svensson	IFK Växjö	2007
Stav	5,15	Gustaf Hultgren	Kalmar SK	2002
Längd	7,46	Kent Nygren	IK Hakarpspojarna	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	7:751p	Marcus Nilsson	Högby IF	2010
Staf. 4x100m	41,97	IFK Växjö (Thomas Jones, Edvin Månsson Moltas Strömberg, Hannes Egonsson)		2020
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	Högyby 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
400mH 76,2	59,71	Erica Mårtensson	IFK Växjö	1998
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	57,58	Cecilia Larsson	IFK Växjö	2018
Spjut 600	54,12	Anna Wessman	IFK Växjö	2008
Sjukamp	6.542p	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	8:26,12	Omar Nuur	IFK Växjö	2018
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	4,95	Emil Carlsson	IFK Växjö	2019
Längd	7,39	Fredrik Joabsson	Skrups IF	1989
Tresteg	14,14	Mattias Olander	Högyby 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	7.269p	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	59,63	Cecilia Larsson	IFK Växjö	2016
Spjut 500	50,49 ⁽⁶⁰⁰⁾	Anna Wessman	IFK Växjö	2006
Sjukamp	5.825p	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	4:01,94	Omar Nuur	IFK Växjö	2017
3000m	8:34,45	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	37,81	Johan Claeson	Tranås AIF	2017
Höjd	2,04	Mikael Kronqvist	Tranås AIF	1980
Stav	4,76	Emil Carlsson	IFK Växjö	2018
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	7.139p	Olof Östenberg	IFK Växjö	2013
Staf. 4x100m	45,16*	IFK Växjö (Daniel Bergqvist, Andreas Johansson, Daniel Krösner, Stefan Högberg)		1991
St. 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	9:42,96	Tilde Axelsson Fröjdenlund	IFK Växjö	2019
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	6,19	Lovisa Karlsson	Högby IF	2016
Tresteg	12,24	Lovisa Karlsson	Högby IF	2016
	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 ⁽⁶⁰⁰⁾	Anna Wessman	IFK Växjö	2005
Sjukamp	5.825p*	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	8,96	Isak Huges	IFK Växjö	2020
300m	36,58	Anton Barck	IFK Växjö	2002
800m	1:57,54	Carl-Johan Hermansson	FIK Färjestaden	1994
2000m	5:42,22	Omar Mohammed	IFK Växjö	2016
1500H 76,2	4:25,31	Jacob Cedertun	Eksjö Södra IK	1987
80mH 84,0	10,92	Johan Claeson	Tranås AIF	2016
300mH 76,2	38,21	Robert Widetoft	Wärnamo SK	1989
Höjd	1,97	Adam Peterson	Wärnamo SK	2000
Stav	4,65	Emil Carlsson	IFK Växjö	2017
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	5.410p	Marcus Nilsson	Högby IF	2006
Staf. 4x80m	36,91	IFK Växjö (Moltas Strömberg, Svante Leijon, Robin Rickardsson, Hannes Egonsson)		2018
Staf. 3x800m	6:23,24	Högby IF (Markus Johansson, Oskar Thor, Marcus Nilsson)		2006

FLICKOR 15 (högst 15 år)

80m	10,11	Wilma Svensson	Oskarshamns SK	2018
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	4:53,82	Ebba Cronholm	Ljungby FIK	2020
80mH 76,2	11,63	Julia Seigerroth	IK Hakarpspojkar	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 ⁽⁶⁰⁰⁾	Anna Wessman	IFK Växjö	2004
Sexkamp	4.128p	Lovisa Karlsson	Högby IF	2015
Staf. 4x80m	40,64	IFK Växjö (Laura Iversen, Agnes Lönn, Tilde Bengtsson, Tove Larsson)		2017
	40,64	Villstad GIF (Thea Holmén, Felicia Åberg, Alice Vallesjö, Thea Hammarström)		2018
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	38,13	Gustav Brasch	Wärnamo SK	2018
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	40,60	Gustav Brasch	Wärnamo SK	2018
Höjd	1,88	Edvard Carp	Villstads GIF	1992
Stav	4,10	Emil Carlsson	IFK Växjö	2016
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	4.809p	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	38,40	Jonna Lundgren	Skruvs IF	2018
Slägga 3,0	44,25	Fanny Roos	Ljungby FIK	2009
Spjut 500	39,75	Stella Gudmundsson	IFK Växjö	2018
Sexkamp	3.906p	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	5:101p	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	8,14	Wilma Svensson	Oskarshamns SK	2016
200m	25,82	Frida Simfors	IK Hakarpspojarna	2004
600m	1:38,14	Fanny Hagberg	IFK Växjö	2008
1500m	4:47,45	Åsa Ljungblad	Västerviks OK	1989
60mH 68,6	9,19	Linnea Hermansson	Högby IF	2018
200mH 68,6	29,43	Julia Seigerroth	IK Hakarpspojarna	2010
Höjd	1,65	Amanda Gabrielsson	Wärnamo SK	2009
Stav	3,40	Angelica Bengtsson	IFK Växjö	2006
Längd, zon	5,48	Frida Simfors	IK Hakarpspojarna	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	5.099p	Linnéa Svanhall	FIK Färjestaden	2017
Staf. 5x60m	40,80	Villstads GIF (Thea Holmen, Felicia Åberg, Alice Wallesjö, Johanna Emanuelsson, Thea Hammarström)		2016
Staf. 3x600m	5:27,07	IFK Växjö (Anna Hermann, Lina Samuelsson, Linn Bengtsson)		2010

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 äldre	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
K	Castorama	3,725	Fanny Roos	Athletics 24Seven	2018
P14	Spjut äldre	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	30:16,88	Omar Nuur	IFK Växjö	2018
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	53,78	Anton Bertilsson	Habo FIF-04	2017
Höjd	2,11	Tommy Nygren	IFK Växjö	1992
Stav	5,05	Gunnar Ageskär	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	7,574	Marcus Nilsson	Högby IF	2020
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	3:56,81	Omar Ismail	Högby IF	2018
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	5,866	Marcus Nilsson	Högby IF	2018

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	Högbys IF	2002
10000m	35:32,54	Katarina Nilsson	Högbys IF	1989
Halvmaraton	1:20:24	Katarina Nilsson	Högbys 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	14,36	Axelina Johansson	Hovslätts IK	2018
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	5,584	Lovisa Karlsson	Högbys IF	2020
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	Högbys IF (Emma Skogersson, Johanna Nilsson, Ida Nilsson)		1999

Inomhus

60m	7,57	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
200m	24,79	Elise Malmberg	IFK Växjö	2020
400m	54,97	Elise Malmberg	IFK Växjö	2020
800m	2:10,41	Kristin Ahlepil	Eksjö Södra IK	1997
1500m	4:39,54	Tilde Axelsson Fröjdenlund	IFK Växjö	2019
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	17,88	Fanny Roos	Atleticum Växjö SK	2018
Vikt 9,08	16,45	Rebecka Kvists	Alvesta FI	2011
Femkamp	4,005	Lovisa Karlsson	Högbys IF	2019

HÄCKREGLER

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	P11-10, F13-12-11-10	68,6	6	11.75	7.65	10.00
80	P15, P14	84.0	8	13.00	8.50	7.50
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
200	P13, P12	68.6	5	20.00	35.00	40.00
200	F13, F12	68,6	5	20.00	35.00	40.00
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, P19	91.4	10	45.00	35.00	40.00
400	K, K22, F19	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

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

REDSKAPSVIKTER

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	3.0	500	–	7,26
F14, 15	3.0	0.75	3.0	500	–	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

Gör som Smålands Friidrottsförbund Beställ idrottspriserna hos



Tjalles Sportpriser

Box 33, 335 21 GNOSJÖ

Tel. 0370-973 60

info@tjallessportpriser.se

www.tjallessportpriser.se