

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

	Sid		Sid
Adresser till föreningarna	16	Ombud till SFIF och SM. IF	4
Adresser till förbund	7	Redskapsvikter	59
Anmälningsavgifter DM	44	Resultatlistor, regler	41
DM-tävlingar, PM m.m.	43	Sanktionsregler	42
DM-tävlingar, klasser, grenar	46	Smålandsrekord	64
DM/UDM för klubbtag	50	Starters	15
Förbundsbanmätare	15	Storgrabb/tjej-märket	60
Förbundsdomare	14	Styrelsen, revisorer	3
Friddrottscentrum (FC) Växjö	8	Svenska friddrottscupen	56
Föreningsförteckningar	16	Tränare inom Småland	12
Förtjänstutmärkelser	38	Tävlingsprogrammet	27
Götalandscupen	56	Utbildningsprogram	11
Häckregler	58	Vandringspriser	35
Klubbtagsbestämmelser vid DM	52	Veterancupen	34
Kommittéer	9	Ungdomsmärket i friddrott	62
Lokalradion	40		



Smålands Friddrottsförbund

Box 4026, 561 04 HUSKVARNA

Tidning Friddrott/Småland

Ansvärlg utgivarö:

Redigering:

Layout:

Tryckning:

Hans Fagher

Herbert Jobäcker

Lotta Jobäcker

Åkessons Tryckeri AB, Emmaboda

OSKARSHAMNS SK

INBJUDER TILL 2005 ÅRS TÄVLINGAR

18 maj	Herrgårdsstafetten
10 juni	DM 10.000
18/19 juni	Stora VDM/JDM
6 juli	Pers. rek.kväll
30 juli	Hamninloppet <i>En Gotlandsresa utlottas</i>
20 aug	Oskarshamnsspelen

**Sugen på att genomföra
en klassiker???**

Hör då av dig till oss.

Kansli

Tel: 0491-76 88 79, Fax: 0491/835 14

Hemsida: www.oskarnet.net/osk

Smålands Friidrottsförbund

Adress: Box 4026, 561 04 HUSKVARNA
Postgiro: 16 84 61-2
Telefon/Fax: 036/502 35, mobil 070/224 44 25
E-post: smfif@algonet.se
Hemsida: www.smfif.se
Kanslist o AU: Herbert Jobäcker
Hemsida ansv.: Stefan Carlsson, tel/fax 036/12 96 59,
epost: smfif.stefan@swipnet.se
Org.nr. 8600-8985

STYRELSEN

Tel/fax/e-post

Ordf	Hans Fagher	Tel/fax 0370/134 80 b, 282 02 fritidsb.
kassör o AU	Box 348, 331 23 VÄRNAMO	070/677 60 08, hfab@telia.com
Vice ordf.	AnnLis Hellsten	Tel/fax 0491/839 47,070/390 07 46
tävl.ansv o AU	Homhättevägen 20, 572 40 OSKARSHAMN	
Utbild.ansv. o AU	Arne Olsson	Tel/fax 0478/406 72 b kl. 09.00-21.00 Grenvägen 1, 360 51 HOVMANTORP
Ungd. ansv. o prot. sekr	Henrik Björkholm	Tel. 0480/49 12 16, 070/395 66 70 Drottning Kristinas väg 6B, 392 38 KALMAR henrik_bjorkholm@hotmail.com
Övriga	Anders Andersson	Tel. 0371/212 61 b, 330 66 a, 073-962 83 87, St. Skog, 333 93 SKEPPSHULT, dubbel.a@mail.com
	Zanne Bogeman	Tel. 0739/69 23 75 Barkeryd, 571 94 NÄSSJÖ zanne@scandinavica.com
Övriga o hedersled.	Ove Davidsson	Tel. 0472/122 46 Svensgårdsvägen 25, 342 34 ALVESTA
Hedersled.	Gösta Eklöf	Tel. 036/13 05 61 b Terrassen 11, 561 41 HUSKVARNA
	Herbert Jobäcker	Tel/fax 036/502 35 b, 070/224 44 25 Dalgatan 2D, 561 46 HUSKVARNA smfif@algonet.se
	Tommy Ursby	Tel. 0470/836 74, 0703/49 02 65 Trädvägen 5, 352 53 VÄXJÖ tommy.ursby@telia.com
Revisor	Anders Öhling	0380/174 06 b Sjögårdsgatan 55, 571 36 NÄSSJÖ
Rev.Supple.	Mats Svensson	0472/125 49 Ekelundsvägen 8, 342 35 ALVESTA
DF-revisor	Dag Thulin	036/16 81 54, 0705/53 05 50 Russvägen 3, 554 47 JÖNKÖPING

Valberedning

- Ordförande** Thomas Borglin, Storgatsbacken 4, 331 30 VÄRNAMO
tel. 0370/192 91, 070/594 60 65, tel/fax 0370/69 08 63
- Övriga** Ingrid Bjelm, Barnarpsvägen 48, 562 42 TABERG
Tel/fax 036/757 81
- Tommy Ursby, Trädvägen 5, 352 53 VÄXJÖ
Tel. 0470/836 74, 0703/49 02 65

OMBUD gentemot Svenska Friidrottsförbundet (SF)

- Tävl. ombud (TO)** Annlis Hellsten, Homhällvägen 20, 572 40 OSKARSHAMN
Tel/fax 0491/839 47, 070/390 07 46
- Statistikombud (SO)** Kettie Gustavsson, Ö. infarten 2, 360 53 SKRUV
Tel/fax 0478/202 51, 070/670 24 35,
kettie.gustavsson@swipnet.se
- Utbildn.ansv. (UA)** Arne Olsson, Grenvägen 1, 360 51 HOVMANTORP
Tel/fax 0478/406 72 kl. 09.00-21.00
- Ungdomsombud (UO)** Henrik Björkholm, Drottning Kristinas väg 6B,
392 38 KALMAR. Tel. 0480/49 12 16, 070/395 66 70,
henrik_bjorkholm@hotmail.com
- Veteranombud (VA)** Ronny Krönvall, Svartkråkevägen 15, 331 42 VÄRNAMO
Tel. 0370/163 98 b, 482 26 a, 070/647 09 21
ronny.kronvall@telia.com

OMBUD gentemot Smålands Idrottsförbund (DF)

- Utbildningsled** Arne Olsson, Grenvägen 1, 360 51 HOVMANTORP
Tel/fax 0478/406 72 kl. 09.00-21.00
- Ungdomsled.** Henrik Björkholm, Drottning Kristinas väg 6B,
392 38 KALMAR. Tel. 0480/49 12 16, 070/395 66 70,
henrik_bjorkholm@hotmail.com

SMÅLANDS REPRESENTANTER i Svenska Friidrottsförbundet

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

Fredrik Ahlström, Skogsgatan 24, 352 35 VÄXJÖ Tel 0470/25679 b,
070/650 23 94, fredrik_ahlström@hotmail.com
Grenggruppsansv. (GUA) SFIF Mångkamp)

Jan Bengtson Gamla Vägen 29, 352 40 VÄXJÖ Tel 0470/403 54b, 79 69 10a,
jan.bengtson@swipnet.se (**Projektl. Friidrottsgymn. och- universitet Växjö**)

Ingela Nilsson, Evedalsvägen 94, 352 42 VÄXJÖ Tel. 0470/627 40 b, 203 85 a
ingela.nilsson56@hotmail.com (**utbildningsansvarig FC Växjö**)

Cai Bolö Fatbursvägen 2, 352 62 VÄXJÖ, Tel. 0470/646 99b, 79 69 11a,
cai.bolo@swipnet.se (**Projektledare FC Växjö, Idrottsl. Friidrottsgymn. Växjö**)

Per Falkman Myntgatan 3, 331 23 VÄRNAMO, Tel. 0370/491 93b,
073/776 75 97a (**Förbundsstarters**)

Jonas Mellblom Södrabogränd 1, 352 51 VÄXJÖ Tel. 0470/72 95 18B,
79 69 12a (**Idrottsl. Friidrottsgymn. Växjö, Grenutveckling spjut**)

Mats Olsson, Syrénvägen 11, 352 50 VÄXJÖ Tel 0470/66955b, 070/331 24 55
(**Förbundsstarters**)

SUNNERBOKKLASSIKERN 2005



Sunnebokklassikern instiftades 1996 och har under fem år breddat löpar och motionsintresset. Kraven för att bli klassiker är dock oförändrade. Sålunda krävs attt fyra lopp fullföljs. För ungdomar, 16 år och yngre, räcker det med tre lopp.

- 1) Lö 19/3 Annelundsrundan, Ljungby
- 2) Må 28/3 Hallarydsloppet, Hallaryd
- 3) Lö 28/5 England Runt, Markaryd
- 4) Lö 20/8 Festivalloppet, Strömsnäsbruk
- 5) Sö 18/9 Sunnerboloppet, Ljungby

KONTAKTPERSONER:

Lopp 1 och 5: Gösta Johansson 0372-86299

Lopp 2: Gunnar Bladh, 0479-72111

Lopp 3: Jan-Åke Kristiansson, 0433-16496

Lopp 4: Jan-Willy Evaldsson, 0433-64003

NYHET

För tävlingsaktiva införes Sunnebocupen. En distans för herrar och damer på varje lopp. Seger ger 10 p, andraplats 9, osv. Presentkort till de tre främsta sammanlagt. Mer info på www.sunnebocupen.tk

KORT OM LOPPEN:

Annelundsrundan: Banan är 5 km (två varv för millöparna) och går på belagda vägar samt gång- och cykelbanor. Start och mål 600 m från Sunnebohallen. Plakett till alla.

Hallarydsloppet: Halvmara samt banor på 11,8 och 6 km samt promenad 3,2 och ungdomsklasser. Lagom kuperat på trevliga skogsvägar. Plakett till alla.

England Runt: Start och mål i Markaryds centrum. De längre banorna går i naturskön terräng runt Jetesjön (med ön England). Ungdomsbanor och tre åldersklasser. Unik medalj till alla.

Festivalloppet: Ett lopp över 4,8 km med måttlig kupering. Ungdomsbanan är 1,5 km. Varierande underlag. Start och mål bekom Folkets Hus. Specialgjuten medalj till alla.

Sunnerboloppet: Banlängder i trevlig terräng och klasser för alla. Start och mål vid Sunnebohallen. Plakett till alla och prestationsmedalj till snabblöpare.



**LJUNGBY
FRIDROT**

SMÅLÄNNINGEN

ADRESSER OCH TELEFONNUMMER TILL AKTUELLA FÖRBUND ETC.

SVERIGES RIKSIDROTTSFÖRBUND (RF)

Storforsplan 44, Idrottens Hus, 123 87 FARSTA tel. 08/605 60 00,
fax 08/605 62 00

SMÅLANDS IDROTTSFÖRBUND (DF) med SISU Idrottsutbildarna Småland

Kansli: S:t Göransvägen 31, Postadress: Box 485, 551 16 Jönköping.
Tel: 036-34 54 00 (vx). Fax: 036-34 54 19. Exp.tid: månd-fred 9.00-16.00,
lunch 12-13.

E-post: smif@smalandsidrotten.f.se. Hemsida: www.smalandsidrotten.f.se
BG: 496-7527. PG: 9 84 59-1.

Distriktsdrottschef och utbildningschef: Christina Ericsson, Tel. 036-34 54 05,
christina.ericsson@smalandsidrotten.f.se

SVENSKA FRIIDROTTSFÖRBUNDET (SF)

Box 11, 171 18 SOLNA, Besöksadress: Smidesvägen 8, Solna
Tel 08/587 721 00 vx, Fax 08/587 721 88, E-mail: info@friidrott.se.

Hemsida: www.friidrott.se PG 27 25-0. BG 332-1387

Exp.tid. må-fre 8.30-17.00, lunch 11.30-12.30, sommartid 08.30-16.30 (juni-aug)

Generalsek: Lennart Karlberg: 08/587 721 31, 070/551 30 49,
lennart.karlberg@friidrott.se

Tävling: Andreas Thornell, 08/587 721 43, andreas.thorell@friidrott.se

Ekonomi: Susanne Möllberg, 08/587 721 15, Susanne.mollberg@friidrott.se och

GS-support. o förslag: Elisabeth Sandström, 08/587 721 21, 070/609 21 21,
elisabeth.sandstrom@friidrott.se

Hemsida och statistik- och regelansv.: A Lennart Julin, 08/30 13 33b, fax. 08/32 77 30
lennart.julin@friidrott.se

Förbundskapten: Thomas Engdahl, 08/587 721 41, 070/650 42 22,
thomas.engdahl@friidrott.se

Trän/utbild: Anders Rydén, 08/587 721 43, 070/317 18 54, anders.ryden@friidrott.se

Utveckling: Rolf Asplund, 08/587 721 44, 070/628 24 46, rolf.asplund@friidrott.se

SMÅLANDS IDROTTSHISTORISKA SÄLLSKAP

Kansli: Gösta Lander, G.M. Agrellsväg 20, 553 11 JÖNKÖPING.

Tel. 036/12 09 09, fax: 35 19 02, 070/461 00 58, gosta.lander@telia.com

GÖTALANDSREGIONEN I FRIIDROTT

C/o Karl-Gustav Holmgren, Mölllevägen 26, 243 36 HÖÖR,

Tel/fax 0413/227 45, 070/550 31 79. PG 33 04 92-0

Ordf. och Sven Olof Wernersson, Sätthagen 2, Väjern,

Utbildn. ansv. 456 00 KUNGSHAMN, tel/fax 0523/304 41
Kassör **Ove Davidsson**, Svensgårdsväg 25, 342 34 ALVESTA
Tel 0472/122 46

SMÅLANDS FRIIDROTTSGYMNASIUM (FIG)

Box 3007, 350 33 VÄXJÖ, tel. 0470/391 72, fax 0470/103 56

Projektledare **Jan Bengtson** Gamla vägen 29, 352 40 VÄXJÖ
tel. 0470/79 69 10a, 0470/403 54 b, 070/493 31 31,
jan.bengtson@swipnet.se

Figtränare **Cai Bolö** Fatbursvägen 2, 352 62 VÄXJÖ,
Tel 0470/79 69 11a, 0470/646 99 b, 070/399 12 54,
cai.bolo@swipnet.se

Tobias Karlsson, Björkeborgsgatan 14, 360 14 VÄCKELSÅNG
Tel. 0470/79 69 12, 073/928 71 46

Jonas Mellblom Södrabogränd 1, 352 51 VÄXJÖ
Tel. 0470/72 95 18b, 79 69 12a

Per Skoog, C/o Lars Jöneteg, Januarivägen 13,
352 60 VÄXJÖ Tel. 0470/79 69 12, 073/813 80 80

FRIIDROTTSUNIVERSITETET I VÄXJÖ

(Start hösten 2003)

För information om idrottsdelen kontakta projektledare:

Jan Bengtsson 0470-391 72, 070/493 31 31, jan.bengtson@swipnet.se

För information beträffande studiefrågor kontakta studievägledaren:

Per-Olof Nordmark 0470/70 85 48, per-olof.nordmark@adm.vxu.se

FRIIDROTTSCENTRUM (FC) VÄXJÖ

Box 3007, 350 33 VÄXJÖ

Kansli **Ingela Nilsson** Evedalsvägen 94, 352 42 VÄXJÖ
Tel. 0470/20 38 59, 627 40b, 070/349 92 77,
ingelaniilsson56@hotmail.com

LEDNINGSGRUPP

Ordförande **Cai Bolö** Fatbursvägen 2, 352 62 VÄXJÖ,
Tel 0470/79 69 11 a, 0470/646 99 b, 070/399 12 54,
cai.bolo@swipnet.se

Blekinge FIF **Hans Rolander**, Hunnemarav. 37, 374 30 KARLSHAMN,
tel. 0454-162 90b

Smålands FIF **Hans Fagher** Box 348, 331 23 VÄRNAMO,
Tel/fax0370/134 80b, mobil 070/677 60 08, hfab@swipnet.se

Arne Olsson Grenvägen 1, 360 51 HOVMANTORP,
Tel/fax0478/406 72 b kl. 09.00-21.00

- FIG Växjö** Jonas Mellblom, Södrabogränd 1, 352 51 VÄXJÖ,
tel. 0470/72 95 18b, 79 69 12a
- IFK Växjö** Mats Olofsson Kärnalyckan, Elland, 360 32 GEMLA
tel. 0472/454 95
- KA 2 IF** Ulrika Andersson Gamla skeppsbrogatan 10B, 7 tr,
371 33 KARLSKRONA, tel. 0455/181 04, 070/320 81 04,
ika.andersson@telia.com

ARBETSKOMMITTÉER FÖR VERKSAMHETSÅRET 2005

TÄVLINGSKOMMITTÉ

- Ordf** AnnLis Hellsten Tel/fax: 0491/839 47,
Homhällevägen 20, 572 40 OSKARSHAMN 070/390 07 46
- Ansv. lag-DM** Rolf-Inge Torstensson 0381/420 52
Svartkråkev, pl 5339, 575 93 EKSJÖ 070/660 53 90
- Ansv. lag-UDM** Jan Rudolfsson 0381/411 36b, 18379a,
Trossarp, 575 95 EKSJÖ 070/483 73 58
- Ansv. vet.** Ronny Krönvall Tel/fax: 0370/163 98b, 482 26a, 070/647 09 21
Svartkråkev. 15, 331 42 VÄRNAMO ronny.kronvall@telia.com
- Ansv. ungdom** Christer Persson, 0485/56 52 75
Hellners väg 4, 2549, 587 92 BORGHOLM
- Medaljombud** Ove Davidsson 0472/122 46
Svensgårdsvägen 25, 342 34 ALVESTA
- Resurs** Carl-Gustaf Nilsson, Vädurvägen 2, 393 51 KALMAR
tel. 0480/285 39, fax. 124 13, nilsson.calle@telia.com

STATISTIKKOMMITTÉ

- Ordf** Kettie Gustavsson Tel/fax: 0478/202 51, 070/670 24 35
Ö. Infarten 2, 360 53 SKRUV kettie.gustavsson@swipnet.se
- Övriga** Stefan Carlsson Tel/fax: 036/12 96 59, 0704/92 69 15
Torggränd 1, 4 tr, 553 20 JÖNKÖPING stefan.carlsson@smfif.se
- Bo Björkholm Skorstensvägen 112, Tel: 0480/47 46 27
393 63 KALMAR kalmarbo@telia.se
- Allan Henriksson Tel/fax 036/810 18, 070/694 29 13
Svartorp, 560 28 LEKERYD allan.henriksson@swipnet.se
- Göran Graberg, Tel/fax: 0380/914 11, 0380/910 45 (b)
Svalövägen 7B, 571 73 STENSJÖNgoran.graberg@stensjon.org
eller goran.graberg@citynet.nassjo.se
- Stefan Holst, Enebärsvägen 6, 560 25 BOTTNARYD
Tel. 036/205 32, holststefan@hotmail.com

UNGDOMSKOMMITTÉ

Ordf Henrik Björkholm, Tel. 0480/49 12 16, 070/395 66 70,
Drottning Kristinas väg 6B, 392 38 KALMAR.
henrik_bjorkholm@hotmail.com

Övriga Zanne Bogeman Tel. 0739/69 23 75,
Barkeryd, 571 84 NÄSSJÖ zanne@scandinavica.com

Ingela Nilsson Tel. 0470/627 40b, 203 85 a
Evedalsvägen 94, 352 42 VÄXJÖ ingelaniilsson56@hotmail.com

Christer Persson, Tel. 0485/56 52 75
Hellners väg 4 2549, 587 92 BORGHOLM

UTBILDNINGS- OCH TRÄNARKOMMITTÉ

Ordf Arne Olsson Tel/fax. 0478/406 72 kl. 09.00-21.00
Grenvägen 1, 360 51 HOVMANTORP

SDF-läkare Joel Svensson 031/82 46 10, joelsvensson@hotmail.com
Köpmannagatan 21, 572 30 OSKARSHAMN

Övrig Mats Karlsson Tel. 0470/690 52
Snickaregränd 13, 352 50 VÄXJÖ

ANLÄGGNINGSKOMMITTÉ

Ordf. Tommy Ursby Tel. 0470/836 74, 0703/49 02 65
Trädvägen 5, 352 53 VÄXJÖ tommy.ursby@telia.com

Övrig Kjell Ahnstedt 0370/156 08b, 158 68b.
Malmstensgat. 1, 331 40 VÄRNAMO 070/521 58 60

VETERANKOMMITTÉ

Ordf. Ronny Krönvall 0370/163 98, 070/647 09 21
Svartkråkev. 15, 331 42 VÄRNAMO ronny.kronvall@telia.com

Övriga Göran Graberg 0380/914 11
Svalöv. 7B, 571 73 STENSJÖ graberg@swipnet.se

AnnLis Hellsten 0491/839 47, 070/390 07 46
Homhällevägen 20, 572 40 OSKARSHAMN

Eskil Ljunggren 0370/271 57
Maramö, Södragård, 331 92 VÄRNAMO

Ingvar Lundberg 0370/82117
Markelund 10, 391 00 ANDERSTORP

Sveneric Martinsson 036/13 88 50
Örngatan 2, 561 33 HUSKVARNA

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

INSTRUKTION OCH UTBILDNING

Nedanstående vill vara till hjälp, när ni planerar er förenings deltagande i utbildningen. Ni vet då datum på förhand och har att invänta mer detaljerad inbjudan.

050212	Barnledarutbildning 7-10 år	Karlshamn
050305/06	Ungd. tränarutb. 10-14 år del 2	Jönköping
050319/20	Ungdomsledarforum	Växjö
050409/10	Ungd. tränarutb. 14-17 år del2, sprint/häck/stafett	Jönköping
050416/17	Ungd. tränarutb. 10-14 år del 1	Ljungby
050423	Kurs för tekniska ledare	Växjö
050424	Funktionärskurs steg 2	Jönköping
050420/27	Funktionärskurs steg 2	Lessebo
051008/09	Ungd.tränarutb. 14-17 år del 1	Växjö
051022/23	Ungd.tränarutb. 14-17 år del 2, hopp	Växjö
051029	Barnledarutbildning 7-10 år	Växjö
051111/12	Ledardagar	Värnamo
051119/20	Ungd. tränarutbildning 10-14 år del 1	Kalmar

Angående utbildning:

Små FIF:s utbildningsledare **Arne Olsson**, Grenvägen 1,
360 51 Hovmantorp. Tel/fax 0478/406 72 kl 09.00-21.00

FC Växjö **Ingela Nilsson**, Evedalsvägen 94, 352 42 VÄXJÖ,
Tel. 0470/203 85a, ingela.nilsson@hotmail.com

TRÄNARE

Inom Småland finns idag ett stort antal tränare verksamma. Vi har tagit med de som genomgått SvFIF's nya juniortränarutbildning. De som genomgått komplett Bas Speciell:2 eller G:3 efter 1993 har vi även tagit med.

ELITTRÄNARUTBILDNING

inom parentes: (leg.gren/grenar)

Anders Andersson St. Skog, 333 93 SKEPPSHULT, tel.0371/212 61 (Kast)
Nils-Erik Athler Wilhelm Petris väg 16B, 574 32 VETLANDA, tel. 0383/175 29 (Hopp)

Agne Bergvall Rödhakevägen 8, 352 50 VÄXJÖ, tel.0470/696 96,
fax 0470/696 90, agne.bergvall@swipnet.se (Mångkamp)

Jan Bengtsson Gamla vägen 29, 352 40 VÄXJÖ, tel.0470/403 54 (Medel/lång)
Cai Boló Fatbursvägen 2, 352 62 VÄXJÖ, tel.0470/646 99 (Sprint/häck)

Göran Graberg, Svalöv, 7B, 571 73 STENSJÖN, tel./fax 0380/91411b, 910 45a (Löpning)

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

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

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

Per-Ivar Karlsson Henaryd 101, 380 44 ALSTERBRO, tel. 0481/560 81 (Hopp/löp)

Anderei Koos Kolonivägen 10, 352 46 VÄXJÖ, tel. 0470/453 30 (Sprint/hopp)

Thomas Lindén Skorstensvägen 150, 393 63 KALMAR, tel.0480/47 50 06 (Mångkamp)

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

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

Arne Svensson Blodriskegatan 4, 386 32 FÄRJESTADEN, tel.0485/300 47 (Hopp/Löpning, Slägga/Mångkamp)

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

JUNIORTRÄNARUTBILDNING

Ann Axelsson Värnamovägen 34, 553 39 JÖNKÖPING, tel/fax. 036/12 17 43
Gaspar Balogh Kvarnängsgatan 19, 331 34 VÄRNAMO, tel 0370/467 58, 070/684 72 63

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

Carl-Gustaf Nilsson Vådursvägen 2, 393 51 KALMAR, tel 0480/124 13

Mats Olsson, Syrenvägen 11, 352 50 VÄXJÖ, tel. 0470/669 55

Christer Persson, Rälla Tall 2549, 387 92 BORGHOLM, tel. 0485/56 52 75

Nils Persson, Kvarnö, Helgevärmavägen, 352 50 VÄXJÖ, tel. 0470/668 34

UNGDOMSTRÄNARUTBILDNING ELLER DYLIKT

Freddie Ahlström Skogsgatan 24, 352 35, Växjö, tel.0470/256 79 och 203 85
Siv Dahlgren Ringvägen 25, 573 41 TRANÅS, tel/fax.0140/135 31
Jan-Olof Damgren Sjöåkravägen 107, 564 31 BANKERYD, tel.036/37 13 77
Roger Didrick Stenbergsgatan 20, 575 35 EKSJÖ, tel.0381/140 66
Gert-Olof Johansson Havregatan 11, 573 38 TRANÅS, tel.0140/132 97
Sverker Svensson Bondevägen 20, 352 53 VÄXJÖ, tel.0470/452 54
Åke Åkesson Ryssbylundsvägen 15, 380 30 ROCKNEBY, tel. 0480/666 45

CENTRAL UTB. VERKSAMMA SOM INSTRUKTÖRER VID SM.FIF:S BARN- OCH UNGDOMSUTBILDNINGAR

Owe Andersson, Linv. 8, 388 94 VASSMOLÖSA, t tel. 0480/378 77
Henrik Björkholm, Drottning Kristinas väg 6b, 392 38 KALMAR, tel. 0480/49 12 16
Jonny Jönsson, Olsbergsvägen 43, 352 63 VÄXJÖ, tell. 0470/213 73
Michael Kernell, Knipuddev. 44, 394 77 KALMAR, tel. 1480/47 71 57
Frederic M'Foutiga, Stallvägen 9B, 352 52 VÄXJÖ, tel. 0470/72 36 64
Ingela Nilsson Evedalsv. 94, 352 63 VÄXJÖ, tel. 0470/627 40
Mikael Nordin, Forutaväg 27C, 352 54 VÄXJÖ, tel. 0470/625 45
Anders Nyqvist, Svartåv. 10, 573 34 TRANÅS, tel. 0140/31 13 55
Carina Ohlsson, Harvarev. 11, 382 39 NYBRO, tel. 0481/177 18
Margareta Palmgren, Poppelv. 1, 331 51 VÄRNAMO, tel. 0370/183 48
Ulf Wiik, Järpv. 4, 573 61 SOMMEN, tel. 0140/31 13 55

BAS SPECIELL:2 (samtliga tre) eller G:3-UTBILDNING

Sten-Olof Almroth Jacobsmälänningsg. 10, 392 37 KALMAR, tel. 070/200 97 70
Ove Andersson, Linvägen 8, 388 94 VASSMOLÖSA, tel 0480/378 87
Irmgard Davidsson Bofinksvägen 21, 556 25 JÖNKÖPING, tel. 036/758 25
Dennis Fagerberg Husaren 6B, 575 35 EKSJÖ, tel. 0381/163 44
Peter Fritz, S. Skogsvägen 57, 571 39 NÄSSJÖ, tel. 0380/141 49
Brita Gustafsson Gitarrv. 4, 342 33 ALVESTA, tel. 0472/100 44
Daniel Gustavsson, Kvadratsgränd 47, 572 41 OSKARSHAMN, tel 0491/195 53
Ola Gustavsson, Gitarrvägen 4, 342 33 ALVESTA, tel. 0472/100 44
Annica Hesselgren Semaforvägen 7, 576 36 SÄVSJÖ, tel. 0382/141 74
Per Jonsson Mellangatan 11, 570 01 RÖRVIK, tel. 0382/214 86
Ingaliil Klüft Kungsv. 96, 352 44 VÄXJÖ, tel. 0470/121 26
Carl-Gustaf Nilsson Vädursvägen 2, 393 51 KALMAR, tel. 0480/285 39
Gustav Nilsson Köpmangatan 2, 598 00 VIMMERBY, tel. 0492/136 52
Ingela Nilsson Evedalsv. 94, 352 63 VÄXJÖ, tel. 0470/627 40
Britt-Louise Nyberg Sjöroda, 570 80 VIRSERUM tel. 0495/307 52
Carina Ohlsson Harvarevägen 11, 382 39 NYBRO, tel 0481/177 18
Christer Persson Rälla Tall 2549, 387 92 BORGHOLM, tel. 0485/56 52 75
Urban Persson Oxelgatan 8, 561 38 HUSKVARNA, tel. 036/14 14 77
Jonas Roselius Odlingvägen 33, 342 33 ALVESTA, tel. 0472/193 96
Thomas Studeny Idgatan 13, 593 40 VÄSTERVIK, tel. 0490/335 13
Gunnar Svensson Västerlånggatan 13A, 392 33 KALMAR, tel. 0480/172 41

Katarina Söderbäck Korsvägen 16, N:a Möckleby, 386 96 FÄRJESTADEN,
tel. 0485/321 38
Markus Tinnert Gröngatan 23, 386 30 FÄRJESTADEN, tel. 0485/309 53

DOMARE/STARTERS o.dyl.

LEG. ATO (Area Technical Official)

Kjell Ahnstedt Malmstengatan 1, 331 40 VÄRNAMO, tel.0370/156 08,
070/521 58 60

LEG. TEKNISK LEDARE

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

Tommy Ursby Trädvägen 5, 352 53 VÄXJÖ, tel. 0470/836 74b, 070/638 91 39

LEG. FÖRBUNDSDOMARE

Kjell Ahnstedt Malmstengatan 1, 331 40 VÄRNAMO, tel.0370/156 08,
070/521 58 60

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

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

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

Thomas Borglin Storgatsbacken 4, 331 30 VÄRNAMO, tel.0370/192 91
och 69 08 63 (även fax) 070/594 60 65

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

Rolf Brittesland, Vedkärr, Lättargård, 360 47 VÄRENSUBBLE,
tel. 0470/352 48

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

Marita Ericsson Gamla Växjövägen 61, 360 44 INGELSTAD, tel.0470/305 96

Per Falkman, Myntgatan 3, 331 33 VÄRNAMO, tel. 0370/491 93, 073/776 75 97

Nils Fredholm Fornvägen 32, 352 50 VÄXJÖ, tel.0470/608 62

Kenthy Haglund Törnskatevägen 35, 331 41 VÄRNAMO, Tel 0370/462 42 b

Jarl Haglund Saturnusvägen 17, 291 70 KRISTIANSTAD, tel.044/24 60 68

Ingvar Hallin Box 25, 385 03 SÖDERÅKRA, tel. 0486/213 20

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

Lena Karlsson Åbygatan 13, 380 31 LÄCKEBY, tel. 0480/603 84

Mats Karlsson Snickaregränd 13, 352 50 VÄXJÖ, tel. 0470/690 52

Mats Malmliind, Diskusvägen 11, 352 51 VÄXJÖ, tel. 0470/844 04

Ingela Nilsson Evedalsvägen 94, 352 42 VÄXJÖ tel. 0470/627 40

Anneli Olsson Näktergalsvägen 31, 352 42 VÄXJÖ, tel. 0470/239 50

Christer Persson Rälla Tall 2549, 387 92 BORGHOLM, tel. 0485/56 52 75

Birgitta Strid Trädvägen 19, 352 53 VÄXJÖ, tel. 0470/836 61

Jan Sandberg Tjädervägen 3, 352 42 VÄXJÖ tel. 0470/234 81

Hans Sundevall Nybrovägen 8, 394 70 KALMAR, tel. 0480/717 51

Inge Thor Rolfsmo, 360 24 LINNERYD, tel. 0470/345 80

Rolf-Inge Torstensson Svallarp 5339, 575 93 EKSJÖ, tel. 0381/420 52

Tommy Ursby Trädvägen 5, 352 53 VÄXJÖ, tel. 0470/836 74 och 0703/490 265

LEG. FÖRBUNDSBANMÄTARE MARATON/HALVMARATON

Lars Ydreborg Tranbärsstigen 21,571 37 NÄSSJÖ, tel. 0380/152 90
Sören Andersson Paradisgatan 11, 382 33 NYBRO, tel. 0481/230 71

LEG. FÖRBUNDSSTARTERS

Per Falkman Myntgatan 3, 331 33 VÄRNAMO, tel. 0370/491 93 b,
073/776 75 97

Mats Olsson Syrénvägen 11, 352 50 VÄXJÖ, tel. 0470/669 55

LEG. STARTERS INOM SMÅLAND REGIONSSTARTERS

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

Anders Nykvist Svartåvägen 10, 573 34 TRANÅS, tel. 0140/31 13 55

Mikael Roman Furuvägen 7, Hånger, 331 94 VÄRNAMO, tel. 0370/414 04 el
070/570 02 64

Göran Sjöblom, Rågången 69, 571 38 NÄSSJÖ, tel. 0380/174 54

Rolf-Inge Torstensson Svallarp 5339, 575 93 EKSJÖ, tel. 0381/420 52

DISTRIKTSSTARTERS

är i distriktet övriga verksamma starters.

SMÅLANDS FRI-IDROTTSFÖRENINGAR 2005

Föreningarna är ordnade kategorivis i **AKTIVA A** OCH **AKTIVA B**.
Fördelningen har skett efter föregående års verksamhet och eventuellt önskemål från förening.

I förteckningen har angivits aktuell adress till föreningen, samt namn, telefonnummer till utsedd kontakman/kvinna i den mån sådan uppgift har lämnats. Ang. föreningarnas hemsida på internet finns länkade till på SmFIF:s hemsida.

OBS REGLER FÖR INBJUDNINGAR TILL TÄVLINGAR OBS

Alla slags, även interna och klubbtävlingar, matcher!

Sänd inbjudningar **alltid** till

Smålands FIF Box 4026, 561 04 HUSKVARNA

AnnLis Hellsten, Homhällevägen 20, 572 40 OSKARSHAMN

Föreningar "AKTIVA A"

Vid väg/terräng till "AKTIVA A" och "AKTIVA B"

Vid veteran tävlingar arena till föreningar "AKTIVA A" samt "AKTIVA B" med veteranaktiva.

AKTIVA A

Aktiviteten företrädesvis på arena men även på landsväg/i terräng.
Ungdomsfriidrott, arena.

		LÄN
Alvesta FI	Box 11, 342 21 ALVESTA Kristen Lundgren, tel. 0472/120 45, alvesta.friidrott@spay.se	G
IFK Borgholm	Kungsgatan 2, 387 36 BORGHOLM, kansli 0485/100 95 ifkborgholm@telia.com	H
Bottnaryds IF	Box 2, 560 25 BOTTNARYD Greger Melin, tel. 036/206 61, tel/fax 206 77, 0708/44 29 82, goranholst@swipnet.se, ritheim@swipnet.se	F
Brittatorp TK	C/o Sören Gränfors, Almsväg 5, 360 40 ROTTNE tel.0470/914 95, 070/559 14 95, s.granfors@nelafonce.net	G
Eksjö Södra IK	Kaserngatan 22, 575 34 EKSJÖ Roger Didrick, tel. 0381/140 66, 070-561 89 60 Kansli tel/fax 0381/140 00, roger@esik.nu	F
Eldhus IF	C/o Peter Fasth, Hammarv 4, 562 32 NORRAHAMMAR F tel 036/71 20 26, 070/354 43 32, eldhus@telia.com	
FIK Färjestaden	C/o Tinnert, Gröngatan 23, 386 30 FÄRJESTADEN Suzanne Wiberg, tel. 0485/34263b, fax 311 17, 0708/56 25 77, info@fikf.nu	H

Föra AIK	C/o Per Arnér, Väsbylund 1389, 387 91 BORGHOLM, tel. 0485/744 66	H
Glasrikets RC	Box 16, 382 21 NYBRO, Rikard Persson, tel. 0481/131 04, fax. 154 68, 154 87a 070/652 38 65, rikard.persson@anglotrade.h.se, glasriket@hotmail.com	H
Gnosjö FK	Fritidsvägen, 335 32 GNOSJÖ Christer Park, Tel. 0370/998 37, 33 23 89	F
SK Graal	Graalstugan, 287 32 STRÖMSNÄSBRUK Janne Eliasson, 0433/202 31, 070/652 96 22, jancat@telia.com	G
Habo IF-04	C/o Calle Florin, Tärngatan 19, 566 33 HABO Maria Frank tel. 036/410 92, fax 464 79, calle@habo.net	F
IK Hakarpspojarna	Norra Klevaliden, 561 93 HUSKVARNA Kansli 036/13 30 54, fax 036/14 09 96, Tony Peterson, tel 036/14 48 73, 0705/17 48 73, kansli@ikhpu.nu, tonypeterson@telia.com	F
IK Hinden	Jakobsg. 25 A, 382 35 NYBRO, Kansli 0481/181 06 fax 0481/188 31, Patrik Eklund, tel 0481/150 15 ikhinden@telia.com	H
Hjortens SK	Lyckebyvägen 11, 570 80 VIRSERUM Leif Axelsson, tel. 0495/311 68, 0495/302 29, fax 0495/302 18, leifaxelsson@tole.se	H
Hovslätts IK	C/o Ann Axelsson, Värnamovägen 34 553 39 JÖNKÖPING, tel/fax 036/12 17 43, 0733/10 40 16 ann.axel@telia.com	F
Hultsfreds LK	Vimmerbyvägen 19, 590 83 STOREBRO Anders Andersson, 0495/127 19, 0491/765 751, 073/218 85 89, 0492.30835@telia.com	H
Högby IF	Vädursvägen 2, 393 51 KALMAR, hogby.if@swipnet.se, Carl-Gustaf Nilsson, tel. 0480/285 39, fax. 0480/124 13, 070/444 31 02, nilsson.calle@telia.com	H
Kalmar SK	Box 2095, 390 02 KALMAR Kansli tel. 0480/204 34, fax 0480/280 04 kalmarsk@hotmail.com	H
Lekeryd- Svartorp SK	C/o Jan Svensson, Häradsvägen 6, 561 43 HUSKVARNA, tel. 036/14 83 08, 036/34 19 22, 070/633 31 77, fax. 810 18	F
Ljungby FIK	Box 851, 341 18 LJUNGBY, Sylve Wiik, tel. 0372/822 65, info@ljungbyfriidrott.com	G
Malmbäcks RC	Strömsdalvägen 5, 570 21 MALMBÄCK, Joakim Svensson 0380/66 06 30, 0380/55 59 00, 070/282 98 69	F
Markaryds FK	Box 62, 285 22 MARKARYD Inge Karlsson, tel. 0433/713 23, fax 0433/171 93, 070/331 96 35, inge.k@telia.com	G

Högby IF

arrangerar 2005

2/4 Skälbyloppet

30/4-1/5 SM i terräng (Böda sand)

13/5 Lilla Kyrkstafetten

14/5 Ölands Kyrkstafett

13/7 Ölandsspelen
+ DM, 200 m, 800 m,
400 m häck, stav, diskus
JDM F19,
UDM P/F17 3000 m,
P/F15 2000 m

23/7 Hornsjön runt

30/7 Ölands Marathon

31/12 Kalmar Sylvesterlopp

**För inbjudan och information
kontakta:**

Högby IF, Pl 1104, 380 74 Löttorp Tel/fax 0485-205 64

hogby.if@swipnet.se, hemsida: www.hogbyif.h.se

Carl-Gustaf Nilsson 0480-285 39, fax 0480/124 13, 070/444 31 02

Sten Medelius 0485-201 47

Christer Persson 0485-56 52 75



Mållilla-Mörlunda SK	Slåntstigen 15, 570 84 MÖRLUNDA Reino Thapper, tel. 0495/238 45, 24 55 00, 070/604 80 18, roreinono@swipnet.se	H
OK Njudung	Box 42, 574 21 VETLANDA Bengt Hesselkrans, tel. 0383/108 75, 121 20, fax 131 30, ok.njudung@ok.njudung.f.se	F
Oskarshamns SK	Box 33, 572 21 OSKARSHAMN, AnnLis Hellsten, tel/fax 0491/839 47, 070/390 07 46	H
IK Sisu	Centralgatan 26D, 571 41 NÄSSJÖ Annica Hesselgren, tel 0380/914 41, 0381/239 15, fax 0381/232 20, 070/376 78 77, ia.holmberg@telia.com, annicahesselgrenfinndome.se	F
Skillingaryds FK	V. Fåglabäcksvägen 37, 568 31 SKILLINGARYD Lennart Johansson, tel. 0370/701 61, fax. 0370/716 82	F
Skrufs IF	C/o Stodell, Vikingagatan 29, 360 51 HOVMANTORP Tommy Stodell, tel. 0478/414 78, fax. 0478/202 35 0768/59 48 52, stodell@algonet.se	G
Sommenbygd. SK	C/o Ulf Wiik, Järpgatan 4, 573 61 SOMMEN tel. 0140/306 51	F
Stensjöns IF	Svalövägen 7B, 571 73 STENSJÖN Göran Graberg, tel/fax. 0380/914 11, tel. 0380/910 45, stensjon@spray.se, graberg@swipnet.se	F
IFK Sävsjö	Box 168, 576 24 SÄVSJÖ Ivo Romè tel. 0382/137 71, fax 679 81	F
Södra Vi IF	Box 100, 590 80 SÖDRA VI Stefan Fredriksson, tel. 0492/319 14b, 0492/202 75a, fax. 0492/200 25, sodravi.if@telia.com	H
Tranås AIF: FI	Box 234, 573 23 TRANÅS, Siw Dahlgren, tel/fax 0140/135 31	F
Villstads GIF	Furudal, Villstad 125, 333 91 SMÅLANDSSTENAR Ingrid Bergman, tel/fax. 0371/144 50 tel/fax. 0371/380 06, villstadsgif@hotmail.com	F
IK Vista	Kullängsvägen 15, 561 46 HUSKVARNA Håkan Svensson, 036/511 64, 070/559 13 73, hakan.svensson@attendo.se	F
Wärnamo SK	Lars Thorstensson, 0470/136 18, tel/fax 0470/478 30 Box 348, 331 23 VÄRNAMO Hans Fagher, tel/fax 0370/134 80, 070/677 60 08, hfab@telia.com, bennyengstrand@varnamo.se	F
Västerviks OK	Karstorspgärdet, 593 30 VÄSTERVIK Tel. 0490/307 60	H
IFK Växjö	Box 3007, 350 33 VÄXJÖ Mats Olofsson, tel. 0470-674 77, 161 16, fax. 103 56, info@ifkvaxjo.se	G
Växjö LK	Alegatan 20, 352 40 VÄXJÖ Lars Thorstensson, tel. 0470/136 18, tel/fax 0470/478 30 vaxjoloparklubb@telia.com	G



**Sista söndagen
i augusti
den 28/8**

37:E VÄCKELSÅNGSLOPPET



**18 olika klasser
4 banlängder 2.3, 8.5, 17.5 km &
Tjejlöpp 4.5 km**

Plakett till alla som fullföljer

**UPPLYSNINGAR
tel. 0470/331 33**



FÖRENING TILLHÖRANDE SMÅLAND I DM-JDM-VDM-TÄVLING**Mullsjö FIK**

C/o Mats Ydman, Torestorpsvägn 4, 565 32 MULLSJÖ
 tel. 0392-100 27, 036/10 78 71, 070/659 90 27
 mullsjo_friidrottsklubb@hotmail.com

OBS! Ni har väl inte glömt sända inbjudan till förbundet för kännedom?

AKTIVA B

Deltagare i stort sett endast i terräng/landsvägstävlingar/stafetter.

Arrangerar dylåika.

Anderstors OK	C/o Kristofersson, Allégatan 6, 334 33 ANDERSTORP Åke Westlund, tel 0371/173 66, ake.westlund@edu.gislaved.se	F
Axamo Motion	Axamobadet, 555 94 JÖNKÖPING Torsten Lilja, tel.036/731 32	F
Björkhults IF	Villaväg 10, 579 93 GRÖNSKÅRA, Jens Petersson, 0481/703 53	H
Blackstads IF	Källsberg, 590 94 BLACKSTAD Terese Ankarstrand, Tel. 0493/911 12	H
Bredaryds SOK	Box 44, 330 10 BREDARYD Lars-Göran Larsson, tel. 0370/807 23, 865 48, lars-goranl@pp.varnamo.net	F
Böda IK	C/o Ing-Britt Nilsson, Norrbygårde 2236, 380 74 LÖTTORP, tel/fax 0485/222 10, 0708/76 13 94	H
Egby BK	Egby, 387 95 KÖPINGSVIK tel. 0485/760 08	H
Elmhults SC	Box 71, 343 23 ÄLMHULT Siv Kroon Andersson, tel 0476/20 25 69, 070/320 77 79	G
Emmab.-Verda OK	Safirstigen 5, 361 32 EMMABODA, Erling Thelander, tel. 0471-122 08, ronny@eteko.se	H
FK Finn	Box 96, 341 22 LJUNGBY Åke Ericsson, tel/fax. 0373/150 41	G
IF Friskis & Svettis	Kaserngat 22, 575 35 EKSJÖ Sofia Gustavsson, tel. 0381/611 62	F
IF Friskis & Svettis	Box 2140, 550 02 JÖNKÖPING tel 036/173 15, fax, 17 31 54, info@jonkoping.friskissvettis.org	F
IF Friskis & Svettis	Borgmästregat. 11, 392 35 KALMAR tel. 0480/225 24, kansli.fs.kalmar@telia.com	H
IF Friskis & Svettis	Gängesvägen 12, 341 31 LJUNGBY Annika Bergström Nilsson, tel. 0372/814 56, fax 0372/159 17, friskis.ljungby@swipnet.se	G
IF Friskis & Svettis	Box 77, 285 22 MARKARYD Martin Sandell, tel. 0432/797 44, 102 32, markaryd@friskissvettis.se	G
IF Friskis & Svettis	Tunnelgat. 5 382 30 NYBRO, tel 0481/510 15	H
IF Friskis & Svettis	Box 155, 385 22 TORSÅS Ros-Marie Nilsson, tel. 0486/107 21	H
IF Friskis & Svettis	Box 211, 574 23 VETLANDA Monica Olsson, tel. 0383-330 31	F
IF Friskis & Svettis	Box 8, 598 21 VIMMERBY tel. 0492/3180	H

IF Friskis & Svettis	Box 3128, Hejaregatan 3, 352 46 VÄXJÖ Mats Guldbrand tel 0470/822 66, 74 84 73, fax 484 83, 0702/30 64 59, info@vaxjo.friskissvettis.se	G
IF Friskis & Svettis Frödinge- Brantestads SK Gamleby OK	Box 170, 343 22 ÄLMHULT, tel 0476/133 00 Kyrkgatan 2, 598 95 VIMMERBY, 0492/401 19, 070/604 76 19, Kjell Johansson Box 60, 594 21 GAMLEBY Mikael Alamo, tel, 0493/126 52, goranalmgren@henuffors.se	G H H
Hallaryds IF	Avallen, 343 96 HALLARYD Gunnar Bladh, tel. 0479/721 11, 0730/35 09 25	G
IF Hallby SOK	Box 177, 551 13 JÖNKÖPING Bengt-Åke Lindgren, tel. 036/12 24 24, fax 731 45	F
Hestra SoSK	Mogatan 22, 330 27 HESTRA Carl-Axel Petterson, tel. 0370/33 51 71, fax 33 54 18 hestra.ssk@swipnet.se	F
Hultånäs SoFK	Hultånäs, 360 70 ÅSEDA Ingrid Lindbladh, Tel. 0383/820 47, 070/151 81 24, monicaagpegren@hotmail.com	G
Ingelstad IK	Box 4, 360 44 INGELSTAD, Gustav Gustafsson, 070/523 05 66, tel/fax. 0470/305 66	
Jönköpings OK	Box 3093, 550 03 JÖNKÖPING, tel. 036/661 35 info@jonkopingsok.nu	F
Kalmar RC	Lundångsv. 28, 394 70 KALMAR Anders Öberg, tel 0480/147 96 58, 41 75 15, 0739/89 42 85	H
Kastlösa IF	Kastlösa, 380 62 MÖRBYLÅNGA Gösta Hultqvist, tel/fax 0485/420 09	H
Kexholms SK	C/o Leif Johansson, Svenshult, 360 70 ÅSEDA tel. 474/500 26	G
Lenhovda IF	Box 42, 360 73 LENHOVDA tel. 0474/210 11, fax. 0474/212 69, skidsekt@lenhovda-if.nu	G
Lessebo OK*	Storgatan 51, 360 50 LESSEBO, Stig Karlsson, tel. 0478/101 93, fax. 313 95, lessebo.ok@semera.se	G
Ljungbypolis. Solf	Box 311, 341 26 LJUNGBY Alf Holmqvist, tel. 0372/830 04	G
Lönashults Golf	C/o Anders Svärd, Håldala, Lönashult, 340 30 VISLANDA, tel. 0470/75 72 56	G
Misterhults AIS	Brinkv. 9, 572 95 FIGEHOLM, Moody Nilsson, tel. 0491/320 94, 320 70, 0709/42 68 99, moody.nilsson@telia.com	H
Myresjö IF	C/o Rolf Johansson, Hjältaryd, 570 13 MYRESJÖ tel. 0383/910 92, 0380/55 50 18, 070/521 88 41	F
Målerås IF	N. Måleråsvägen 38, 380 42 MÅLERÅS Jonas Persson, tel. 0481/312 32, 314 09, 070/593 90 45	H
Målilla OK	Karlbergsvägen 4, 570 83 ROSENFORS Lars Strahl, tel. 0495/207 89, kerstin.lm.karlsson@telia.com	H
Palaestra DF	C/o Pernilla Svahn, Vimpeltorpsv 21, 393 55 KALMAR H Tel. 0480/851 31, pernillassv@ukalmar.se	H



KALMAR SPELEN- Ingvar Thomssons minne

Välkomna till årets sista
utomhustävling på Fredriksskans

**Lördagen
den 24 september**

Vi ser fram emot spännande
tävlingar med många nya rekord!

Kalmar SK - Friidrott

Persnäs AIF	Persnäsgården, 380 74 LÖTTORP Sven Gustavsson tel/fax, 0485/251 59, fax 253 00 persnasaif@swipnet.se	H
Rydaholms Golf	C/o Åke Blomgren, Pilgatan 16, 330 17 RYDAHOLM tel. 0472/209 74	F
Skullaryds SK	C/o Karl-Uno Sand, Rickelstorp, 575 91 EKSJÖ Tel 0381/710 67	F
338 Småland T&MF	C/o Christian Lüddeckens, Stora Torget 6, 341 30 LJUNGBY, tel. 0372/864 96, tiasjohansson@yahoo.se	G
Storebro SC	C/o Inge Ekström, Sevedeg. 5, 590 83 STOREBRO Tel 0492/304 71, fax 300 42, storebrosc@home.se	H
Stranda LK	Sångarv. 8, 383 92 MÖNSTERÅS	H
Sörängens LK	Peter Jonsson, tel. 0499/141 18, 441 45 Handskerydsv. 28, 571 40 NÄSSJÖ	F
Tjust BoRC	Per-Mats Carlsson, tel. 0380/55 48 05, 37 38 00, 070/358 33 72, permats.carlsson@telia.com Stavgatan 4, 590 93 GUNNEBO	H
IF Träningsvärk 1	Michael Tidström, tel. 0490/535 12, 37 38 00, m.tidstrom@tele.com	H
IK Tuna Södra	C/o Madelén Andersson, Ängalundsgatan 9, 107 39 593 35 VÄSTERVIK, tel. 0490/196 44, 676 00, info@traningsvarkl.se	H
Tyllinge IF	C/o Inge Nilsson, Ishult, Solbacka, 570 91 KRISTDALA H tel. 0491/44 00 31, 070/231 09 62	H
IK Wallgård	Spånvägen 8, Tyllinge, 594 92 GAMLEBY, Mona Gustafsson, tel 0493/330 83 Bråten 3, 560 25 BOTTNARYD	F
Visingsö AIS	Björn Söderblom, tel. 036/280 35, fax. 280 15, 070/525 75 39	F
Väckelsångs IK	Tunnerstavägen 24, 560 34 VISINGSÖ Bert Emanuelsson, tel. 0390/404 19, 070/517 65 23, bert.emmanuelsson@swipnet.se	G
Växjö AIS	Björkeborgsgatan 23, 360 14 VÄCKELSÅNG Åke Persson, tel. 0470/331 33, 070/318 10 86 vackelssangsik@tingsryd.mailto.telia.com	G
Växjö Norra IF	Fylleryd, 355 92 VÄXJÖ 0470/204 83	G
Ålems OK*	Box 8002, 350 08 VÄXJÖ Gunnar Dahl, tel 0470/802 44	H
Örjansklubben- Ramkvilla	Clo Leif Nyström, Storgatan 47, 384 30 BLOMSTERMÅLA, tel. 0499/201 52 fax. 121 05, larsolof.johansson@bevis.se	F
Överums OK	C/o J. O. Karlsson, Karstorp, 574 74 RAMKVILLA tel. 0383/267 63a, fax 0474/602 55 Box 45, 590 96 ÖVERUM Bodil Dyskinen, tel. 0493/301 52	H

OBS! Ni har väl inte glömt sända inbjudan till förbundet för kännedom!

KRETSSAMMANSLUTNINGAR

Jönköpings

Friidrottskrets

Kalmar Läns

Friidrottskrets

Ölands idrottskrets

C/o Ingrid Bjelm, Barnarpsv. 48, 562 42 TABERG,

tel/fax. 036/757 81

C/o Stefan Fredriksson, Abygatan 8, 598 39 VIMMERBY

tel. 0492/319 14

C/o Bertil Johansson, Tallhöjdens IP,

386 30 FÄRJESTADEN, tel. 070/570 77 93

FÖRENINGSSAMMANSTÄLLNING

	F-LÄN	G-LÄN	H-LÄN	SUMMA
AKTIVA A	19	8	13	36
AKTIVA B	16	19	27	66
SUMMA	35	27	40	102

VIMMERBYLOPPET

Torsdagen den 5 maj

(Kristi himmelfärds dag)

Löparfest på Vimmerbys gator.

Sandströmsloppet DM och VDM i halvmaraton

Intersportloppet D och H 10,5 km

Sandströmsloppet D, H, Stav och promenadklass 5 km.

JC loppet för ungdomsklasser F och P 16, 14, 12, 10, 8 år.

Upplysningar 0494/304 71, fax 0492/300 42.

Anmälan senast den 25 april.

Storebro Sport Club. Sevedeg. 5, 590 83 Storebro.

Priser: Plakett, 5 hederspriser i varje klass övriga lottas.

Presentkort på 500 kr och cykel Monark 3500:-

Storebro Sport Club

Välkommen till 22:a
Ostkakeloppet

Söndagen den 4 sept 2005
Första start kl 10.30
vid Lundavallen i Frödinge.

Loppet går på stigar och vägar i den Småländska terrängen.
Plaketter och ostkaka till samtliga. Plus ett fint prisbord.
Cykel +resor utlottas bland alla fullföljande som närvarar vid
prislutdelning

Män: 18 km, 9 km, 4 km.

Kvinnor: 9 km, 4 km.

Ungdomar: 4 km P14, F14
2 km P10, P12, F10, F12
0,8 km P8, F8 eller yngre

Ny klass, Promenadklass:

Män o kvinnor 4 km.

Anm.avgifter: Män och kvinnor 100 kr
Ungdomsklasser 50 kr

Anmälan: Ostkakeloppet C/o Monica Nälgård
Humlestigen 5, 598 35 Vimmerby
Sista anmälningdagen 27/8 2005

Efteranmälan: Mottages t.o.m. tävlingsdagen 30 min,
före resp. start motillägg av 20 kr.

PG-konto: 51 53 78-8

Upplysningar: Kjell Johansson 0492/401 19

ARRANGÖRER:

Frödinge Brantestad SK/Frödinge Mejeri AB

SMÅLANDS FRIDROTTSFÖRBUNDS TÄVLINGSPROGRAM 2005

(Med inlagt centrala programmet och övriga aktuella tävlingar)

2004

27-28/11	Lö-sö	“Adventsspelen”, inh, UT	Utby IK
4-5/12	Lö-sö	“Julklappsjakten”, inh, NT+	Göteborgs KIK
11/12	Lö	“Luciasprintern”, (D) inh, NT+	IFK Växjö
18/12	Sö	“Tomtespelen”, inh, UT+	KA 2 IF, Karlskrona

2005

JANUARI

5-6	On-to	“Växjöspelen+Nyårskampen”(D) inh, M/K,P/F	19,17,15,14	IFK Växjö
5-6	On-to	IJDM 19 o IUDM 17		Inlagt i ovan
5-6	On-to	IDM, IJDM o IUDM 17,15 o 14 i mångkamp		Inlagt i ovan
15	Lö	“Ungdomstävling”, (D) inh, UT		IFK Växjö
15	Lö	IUDM 15,14,13,12, 800m,1000m,stav,tresteg		Inlagt i ovan
15	Lö	Stora IVDM		Jkp Friidrottskrets KA” IF, Karlskrona
15-16	Lö-sö	“Sunna open”, inh, UT+		Inlagt i ovan
15-16	Lö-sö	Stora IDM sen, VDM 800 o. 3000m		
16	Sö	“Trettondagsträffen” (D) inh,		
22	Lö	ILM 11 0 10 år, IKRM		Jkp friidrottskrets Malmö AI
22-23	Lö-sö	“MAI-spelen”, inh , NT		IK Pallas, Malmö
28-30	Fr-sö	“Pallaspelen”, inh, NT+		Glasgow, GBR
29	Lö	<u>5-LAGSMATCH</u>		

FEBRUARI

3	To	“Eurojump”, inh, IT		Göteborgs FIF
5	Lö	Stora IUDM 15, 14, 13 o 12		IFK Växjö
5-6	Lö-sö	“Athleticumspelen”, inh, NT+		Heleneholms IF, Malmö
6	Sö	“Göteborg inomhus”, inh, UT		IK Vikingen / Utby IK
12-13	Lö-sö	<u>STORA ISM, sen</u>		Malmö AI
12-13	Lö-sö	<u>IVSM</u>		Järvsö IF, Bollnäs
15	Ti	“GE-galan”, inh, IAAF		Hässelby / Spårv. FK
19	Lö	“Rödblå vinter”, inh, NT		Örgryte IS
19-20	Lö-sö	“KA”-spelen”, inh, UT+		KA2 IF, Karlskrona
25-27	Fr-sö	<u>STORA IJSM och IUSM</u>		Göteborgs FIF

MARS

4-6	Fre-sö	<u>IEM</u>		Madrid, ESP
5-6	Lö-sö	<u>ISM-IJSM-IUSM i MÅNGKAMP</u>		KA 2 IF
5-6	Lö-sö	“Löplabbet Inomhus”, inh, UT		Mölnåls AIK
9	On	“1342 racet”, inh. (D) 3000m		1342 RC, Växjö
10-13	To-sö	<u>IVEM</u>		Eskilstuna, SWE
12-13	Lö-sö	<u>EUROPEAN WINTER THROWING CUP</u>		Mersin, TUR

BRITTATORP TK
inbjuder till
25:e
PINGSTSTAFETTEN
den 15 maj 2005

Totalsträckan - 39,7 km -
är fördelad på 7 sträckor som varierar
mellan 2,9 och 9,5 km.

Start och mål
Idrottsplatsen i Ramkvilla.

För upplysningar och inbjudan
RING 0478/409 08 Åke Lundberg



12-13	Lö-sö	<u>IGM 13-14</u>	Malmö AI / IK Pallas
19	Lö	"Annelundsrunndan" (D) asfv-gata,10+5 km	Ljungby FIK
19-20	Lö-sö	<u>VM-JVM TERRÄNG</u>	St.Galmier, FRA
28	Må	"Hallarydsloppet" (D) grus,asf,tg,21,3+11,8+6+3+1km	Hallaryds IF

APRIL

2	Lö	<u>EUROPEAN 10000m Cup</u>	Barakaldo, ESP
2	Lö	"Skälbyloppet" (D) bland u, 8,3+4,4+2,6+1,4 km	Högby IF
9	Lö	LM i terräng, "mini" 11 o 10 år	Brittatorps TK
10	Sö	"Djursdala Ruset" (D), Terr.stig, 7+2,5 + 1 km	Södra Vi IF
10	Sö	ÖM i terräng	Föra AIK
16	Lö	DM, JDM, UDM, VDM i terräng	IK Hakarpspojarna
21	To	"Vår 8-an" (D) asfv,gata,grusv. 8 km.	Brittat Tk,VäxjöAIS , Vä-ö NIF
23	Lö	"Vårstafetten"(C) bland u,42.195+34.954 m, 8str	Måilla-Mörlunda SK
24	Sö	"Landsjön runt"; (D), asfväg, 12,5 km	IK Vista
27	On	KRM i terräng	Lekeryd-Svartorp SK
30-1	Lö-sö	<u>SM,JSM, USM och VSM i TERRÄNG</u>	Högby IF

MAJ

1	Sö	"Växjöloppet" (C) bland u, 21+10+4,5 +2 km	IFK Växjö
5	To	"Vimmerbyloppet" (D) Asf-grusväg, 21097m+5+2+1 km	Storebro SC
5	To	DM o VDM i halvmaraton	Inlagt i ovan
7	Lö	"Junespelen" (C) Arena UT +	IK Hakarpspojarna
7	Lö	"Wärnamo kvartsmarathon (C) bland u,10,549m +5km	Wärnamo SK
8	Sö	"Dowin Cup" (C) arena Ut+	Villstads GIF
10	Ti	"Grabhalvan" (C), grabblopp, bland u, 5 km	IF Hallby SOK, Jönköp.
11	On	"Våruset" (C), tjejlopp, bland u, 5 km	IFK Växjö
12	To	"Våruset" (C),tjejlopp, bland u, 5 km	IK Hakarpspojarna
12	To	"Råskinnet" (D) Terr.stig, 6,5 km	Anderstorps OK
13	Fr	"Strandmilen" (D) bland u, , 10+5,4+2,3+1 km	Hultsfreds LK
13-15	Fr-sö	<u>VEM</u>	San Antonio, POR
14	Lö	"Ölands Kyrkstafett" (C) asf-väg, 62 km, 11 str	Ölands Idrkr / Högby IF
15	Sö	"WSK-spelen" (C), arena, UT	Wärnamo SK
15	Sö	"Pingststafetten" (C), bland u, 39,7 km, 7 str	Brittatorps TK
15	Sö	SVENSKA FRIIDROTTSCUPEN	IFK Helsingborg, gr B
18	On	"Herrgårdsstafetten" (D, asfv, gata, 4,8 km, 5 str	Oskarshamns SK
21	Lö	<u>GÖTALANDSCUPEN</u> , omg 1	
21	Lö	"Marknadsspelen" (C) arena UT+	Skrups IF
21	Lö	<u>NORDIC 10000m CHALLENGE</u>	Göteborg FIF, SWE

22	Sö	DM för klubblag , kvalomgång	
25	On	<i>"Drottning Margaretaloppet"</i> (C), tjejlopp, bl u, 5 km	Kalmar SK
27	Fr	<i>"Eksjö stadslopp"</i> (C), asfv, gata ,10+5+2+1 km	Eksjö Södra IK
28	Lö	<u>VSM HALVMARATHON</u> , inlagt i Näshulta Halvmarathon	Näshulta Golf
28	Lö	<i>"Smålands ungdomsspel"</i> (C), arena UT+	IFK Växjö
28	Lö	DM o UDM i stafett 17,15,13	Inlagt i ovan
28	Lö	<i>"England runt"</i> (C) bland u, 10+5+1,7 km	Markaryds FK
28	Lö	<i>"Knallespelen"</i> ,arena, UT +	IK Ymer, Borås
28-29	Lö-sö	<u>SWE-FIN-EST i MÅNGKAMP</u>	Åbo , FIN
29	Sö	<u>KRM arena ungdom 17 - 11 år</u>	Jkp Friidrottskrets
31	Ti	<i>"Råslättspelen"</i> (C), arena, NT	Jkp Friidrottskrets
31	Ti	DM, sen 1500m	Inlagt i ovan

JUNI

1	On	<i>"Kalvinknatet"</i> (D) ungd.lopp , bland u, 1,5 km km	Ljungby FIK
4	Lö	<i>"Skomakareloppet"</i> (D), Tg-stig, 9+4,5+1+03 km	Misterhults AIS
4	Lö	<u>SM MARATHON</u> (inlagt i Stockholms marathon)	Hässelby SK/Spårv.FK
4-5	Lö-sö	UDM för klubblag, 15,13,11 , kvalomgång 1	
8	On	<i>"Tjejlunken"</i> (C) , tjejlopp, bl.und, 6 km	OK Njudung
10	Fr	DM o VDM 10000m	Oskarshamns SK
12	Sö	<i>"Virdaspelen"</i> (D), arena, UT +	Alvesta FI
14	Ti	<u>"FOLKSAM GP 1"</u>	Göteborgs FIF
15	On	<i>"Eksjö -05"</i> (C) arena, NT+	Eksjö Södra IK
15	On	DM, sen, 100m, 3000m hinder , längd, slägga, spjut	Inlagt i ovan
15	On	JDM 19 , UDM 17, VDM 3000, 2000-,1500m hinder	Inlagt i ovan
16	To	<i>"EAB.se-cup"</i> (C) arena, NT	Villstads GIF
16	To	<i>"Ljungby brostafett"</i> (C) asf-väg, 9,3 km,6 str 2,7km,3 str	Ljungby FIK/Ljungbypol
18-19	Lö-sö	<u>EUROPACUPEN</u>	Gävle, SWE
18-19	Lö-sö	<u>JNM-UNM i MÅNGKAMP</u>	Nyköpings BIS
18-19	Lö-sö	Stora JDM 19 o UDM 17, 15 och VDM	Oskarshamns SK
18-19	Lö-sö	<i>"Östersjöspelen"</i> , arena NT+	IF Udd, Karlshamn
18	Lö	<u>GM 13-14 . STAFETT</u>	Inlag i ovan
21	Ti	<i>"Ymerspelen"</i> , arena, NT	IK Ymer, Borås
22	On	<u>LAG-SM</u>	IF Göta, Karlstad
22	On	<i>"Vätterspelen"</i> (C) arena , NT	Bott.IF/HaböIF/Hovsl IK
22	On	DM, JDM P19, VDM, 5000m	Inlagt i ovan
26	Sö	<u>VVM 100 KM</u>	LakeSaroma., JPN
28	Ti	<i>"FOLKSAM GP 2"</i>	Sollentuna
30-3	To-sö	<u>VNM</u>	Veldre, NOR

JULI

1-3	Fr-sö	<i>"Världsongdomsspelen"</i> , arena	Örgryte IS, Göteborg
-----	-------	--------------------------------------	----------------------

2-3	Lö-sö	“Bottnarydskastet” (C) arena, IT	Bottnaryds IF
2-3	Lö-sö	<u>EUROPACUPEN, SJUKAMP</u>	Jyvaskylä, FIN
2-3	Lö-sö	<u>EUROPACUPEN, TIOKAMP</u>	Maribor, SLO
2-8	Lö-Fr	<u>EUROPEAN YOUTH OLYMPICS</u>	Lignano, ITA
5	Ti	“Kroppkaksunken” (D) bland u, 9,5 + 4 km	FIK Färjestaden
6	On	“Personliga rekordens kväll” (C), arena , NT+	Oskarshamns SK
8	Fr	“Byrundan” (C) asfv, 8+4+1,5 km	Garleby OK
8-10	Fr-sö	“Öresundsspelen”, arena	IFK Helsingborg
11	Må	<u>“FOLKSAM GP 3”</u>	Rånäs 4H
13	Ti	“Ölandsspelen” (C), arena, NT+	Högby IF
13	Ti	DM, sen, 200m, 800m, 400m häck, stav, diskus	Inlagt i ovan
13	Ti	JDM 19 F19, UDM F/P 17 3000m, P/F 15 2000m	Inlagt i ovan
13-17	On-sö	<u>UVM 17</u>	Narrakech, MAR
14-17	To-sö	<u>JEM 22</u>	Erfurt, GER
15	Fr	“Victorialoppet” (C), asfv, grusv, 9+4+2 km	IFK Borgholm
15-17	Fr-sö	“Laxa-spelen”, (C) arena UT+	IFK Halmstad
16	Lö	“Grevskapsloppet” (D) asf-grusv, 10+5 km	Visingsö AIS
18	Må	<u>“FOLKSAM GP 4”</u>	IF Göta, Karlstad
20	On	“Kalmar sommarspel” (C), arena, NT+	Kalmar SK
21-24	To-sö	<u>JEM 19</u>	Kaunas, LTU
23	Lö	“Hornsjön runt” (C), terr-stig, 11,5+5,5+2,9+1,5 km	Högby IF
24	Sö	“Lönnebergaloppet” (D) bland u, 12,2+5,4+2,5+1,5 km	Hultsfreds LK
24-31	Sö-sö	<u>WORLD MASTER GAMES</u>	Edmonton, CAN
26	Ti	DN-GALAN, DGP-täv. Int	Stadionklubbarna
30	Lö	“Ölands marathon” (C), asf-väg,	Högby IF
30	Lö	“Ölandsjoggen” (D) Bland u, 10+4 km	Persnäs AIF
30	Lö	“Hamninloppet” (D). Asfv, gata. 5 ,3 km	Oskarshamns SK
30	Lö	<u>SM I HALVMARATHON</u>	IK Finish, Vellinge
30-31	Lö-sö	<u>SM-JSM-USM MÅNGKAMP</u>	Huddinge AIS
30-31	Lö-sö	“Kräftspelen” (C) arena , UT+	Villstads GIF
30-31	Lö-sö	DM, sen, 400m, 100/110m häck, längd, tresteg, kula	Inlagt i ovan

AUGUSTI

2	Ti	“Personliga rekordens kväll” (D) , arena , distrikts	Växjö LK
4-6	To-lö	<u>STORA VSM</u>	Visby
6	Lö	<u>LAG-USM</u>	IF Göta, Karlstad
6	Lö	“Sisu-spelen”, (C) arena UT+	IK Sisu,Nässjö
6	Lö	UDM 14,13 o 12 , dag 1	Inlagt i ovan
6-7	Lö-sö	“Rosenbomsspelen”, arena UT+	KA 2 IF, Karlskrona
6-14	Lö-sö	<u>VM</u>	Helsinki, FIN
7	Sö	“Ränneborgsspelen” (C) Arena UT+	Eksjö Södra IK
7	Sö	UDM 14,13 o 12 , dag 2	Inlagt i ovan
7	Sö	“Hultånäslloppet” (D) bland u,13,5+6,7+3,5+1,2 km	Hultånäs SoFK
10	On	KRM arena sen.o vet.	Jkp Friidrottskrets

10-12+14, On-fr+sö	<u>MASTERS ATHLETICS GP , VET</u>	Lahti, FIN
12-14 Fr-sö	<u>STORA JSM</u>	Söderhamns IF
12-14 Fr-sö	<u>STORA USM</u>	Strands IF, Hudiksvall
14 Sö	<u>MASTERS ARHLETICSH GP, VET, finaler</u>	Helsingfors, FIN
14 Sö	<i>"Beväringstrampen"</i> (D) bland u, 15 km	Hultsfreds LK
15-20 Må-Lö	UNIVERSIADEN	Izmir, TUR
16 Ti	<i>"FOLKSAM GP 5"</i>	Malmö AI
19 Fr	<i>"VP-milen"</i> (C) asfv, gata, 10+2+1 km	OK Njudung, Vetlanda
19-21 Fr-sö	<u>STORA SM</u>	IFK Helsingborg
20 Lö	<i>"Festivalloppet"</i> (D) bland u, 4,8 + 1,5 km	SK Graal Strömsnäsbr.
20 Lö	<i>"Blomsterloppet"</i> (D) grus-parkväg, 11,4+5,7 km	Ålems OK
20 Lö	<i>"Oskarshamnsspelen"</i> (C), arena UT+	Oskarshamns SK
20-21 Lö-sö	UDM för klubblag, 15,13, 11 , kvalomgång 2	
22-3/9 Må-lö	<u>VVM</u>	San Sebastian, ESP
24 On	<i>"Blodomloppet"</i> (C) bland u, 10+5 km	Hovslätts IK
26 Fr	<i>"Stadsloppet"</i> (D) asfalt väg,gata, 10+5+1,6 km	IFK Sävsjö
27 Lö	<i>"Lindåsloppet"</i> (D) Asfaltv, gata, 7,2+ 3,6 km km	Emmaboda-Verda OK
27 Lö	<i>"Glasrikets Jubileumslopp"</i> (C)Asfv,tgs, 4,6 +1,6 km	Glasrikets RC
27 Lö	<i>"Jönköpings Stadslopp"</i> (C), asf.v.gata, 10+5+2 km	IK Hakarpspojarna
27-28 Lö-sö	<u>SWE-FIN</u>	Svenska FIF i Göteborg
27-28 Lö-sö	<u>SWE-FIN, 17 år</u>	Svenska FIF i Göteborg
27-28 Lö-sö	<u>NORDISKA JUNIORKAMPEN</u> , 19 år	Kristiansand, NOR
28 Sö	<i>"Väckelsångsloppet"</i> (C), bl u, 17,7+8,5+4,5+2,3 km	Väckelsångs IK

SEPTEMBER

2 Fr	<i>"Pangloppet"</i> (D) asf/gata, 6 km	Skillingsryds FK
3-4 Lö-sö	<u>SM, JSM och USM STAFETT</u>	Stockholms FIF
3-4 Lö-sö	DM, JDM 19, UDM 17,15,14,13,12 i mångkamp	Skrusv IF
4 Sö	LM utomhus , ungdom 11 årt o.y.	Alvesta FI
4 Sö	<i>"HIK-kampen"</i> (C) arena UT+	Hovslätts IK
4 Sö	<i>"Ostkakelloppet"</i> (D),tg o bland u , 18+9+4+2+0,8 km	Fröd-Brantestads SK
4 Sö	<i>"Tråddragarrundan"</i> (D) bland.u., 10+5 km	Gnosjö FK
9-10 Fr-lö	<u>WORLD ATHLETICS FINAL</u>	Monte-Carlo, MON
9-11 Fr-sö	<u>SKOL-SM</u>	Gefle IF
10 Lö	<u>VSM MARATHON</u>	Mariestads FI
10 Lö	<i>"Växjö tjeilopp"</i> (D), tjeilopp, asfv, gata, 5 km	Växjö LK
10-11 Lö-sö	GM 13-14 år	Lidköpings IS
11 Sö	<i>"Bredarydsloppet"</i> (D) tg-stig, 8+5+3+2,km	Bredaryds SOK
11 Sö	<i>"Måleråsloppet"</i> (D) asf,grusv,tgstig, 8+2+0,5 km	Målerås IF
17 Lö	<u>Distriktsmatch 17 år, Skåne, Småland, Själland</u>	Ystad
17 Lö	UDM för klubblag, final	"Kalmarregionen"
18 Sö	DM för klubblag, final	Wärnamo SK

18	Sö	GM I HALVMARATHON (Inlagt i "Järnvägsloppet"	UF Contact
18	Sö	"Sunnerboloppet" (C) bl.und. 20+10+5+3,7+ 2 km	
			LjungbyFIK/FKFin
18	Sö	"Ulfveloppet" (D) Asfv-gata, 7+2,5+1,5km	Södra Vi IF
20	Ti	"MFK-stafetten (C) grus-parkv, 7,5 km ,3 str	Markaryds FK
24	Lö	<u>GÖTALANDSCUPEN, omg 2</u>	
24	Lö	"Kalmarspelen Ingv Thomssons minne" (C) arena NT+	Kalmar SK
24	Lö	"Lidingöloppet"	IFK Lidingö FK
25	Sö	"TAIF-spelen" (C) arena NT+	Tranås AIF FI
25	Sö	"Lilla Lidingöloppet" och "Lidingö tjejlopp"	IFK Lidingö FK

OKTOBER

1	Lö	"Sollidenloppet" (O) asf-gus, parkv, 5,9 km	IFK Borgholm
1	Lö	<u>VM HALVMARATHON</u>	Edmonton, CAN
1	Lö	"Gummi-loppet"(D) asfv, gata, 8km	Rydaholms GIF
1-2	Lö-sö	DM i castorama	På hemmabanor
9	Sö	"Visans skeppslloppet" (D) asfv, tgstig, 8+3,2+2+1+0,5 km	
			Storebro SC
15	Lö	"Växjö maratho (C) asfv- gata,	Växjö LK
15	Lö	DM o VDM i maratho	Inlagt i ovan
16	Sö	"Höglandsloppet" (D) tg-stig, 10+5+2+1 km	IK Sisu, Nässjö

NOVEMBER

13	Sö	<u>NM-JNM TERRÄNG</u>	? , FIN
----	----	-----------------------	---------

DECEMBER

11	Sö	<u>EM o JEM i TERRÄNG</u>	Tilburg, NED
31	Sö	"Anderstorps sylvesterlopp" (D) asf-väg, 10+5 km	
			Anderstorps OK
31	Sö	"Kalmar sylvesterlopp" (D) asf-väg, 10+5+2+1+	Högbj 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, JDM, UDM, VDM är distriktsmästerskap efter samma princip	(D)= Distrikts sanktionerad tävling
Ett 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 i resp. mästerskapstävling eller annan tävling.

VETERANCUPEN I MEDEL/LÅNGDISTANS

Bestämmelser

- Poängberäkning: 7,6,5,4,3,2,1,1, osv i ALLA deltävlingar. (obs endast 4 p vid ensam start)
- För att räknas in i veterancupen måste man deltaga i minst 3 st DELTÄVLINGAR.
- Man måste vara anmäld i veteranklassen för att få räkna poäng.
- 5 bonuspoäng vid delt i samtliga deltävlingar.

Tävlingar:

16 april	Terräng 4000 m	IK Hakarpspojkar
5 maj	Halvmarathon	Storebro RC
10 juni	10.000 m	Oskarshamn SK
18-19 juni	800 m + 1.500 m	Oskarshamn SK
22 juli	5000 m	Bottnaryds IF, Habo IF och Hovslätts IK
15 oktober	Marathon	Växjö IF

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

Tre deltagare inräknas oavsett klass.

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

OBS Arrangör! Resultatlistor alltid till Ronny Krönvall, Svarttåkevägen,

331 42 VÄRNAMO, e-post: ronny.kronvall@telia.com

OBS! – NI SOM INNEHAR SMÅLANDSREKORD FÖR VETERANER

Ni kan beställa rekordplaketter! (Mot egen kostnad)

rekv. beställningsblankett från

Smålands FIF, Box 4026, 561 04 HUSKVARNA.

Uppsatta vandringspriser

Det finns flera priser att tävla om.

1. **Eric Walls** ständigt vandrande (tills styrelsen ev. bestämmer annorlunda) pris 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, 1. JDM 19=5, 4, 3, 2, 1 UDM 17 och 15=4, 3, 2, 1. UDM, "mini-DM" och Veteraner=3, 2, 1. Omfattar **alla åldersklasser, alla grenar, individuellt o lagtävling, manliga och kvinnliga.**

2. **Rune Ohlssons vandringspris** till bästa kastarflicka under året. Utsetes efter avslutad säsong av "jury".

3. **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 sammanlagd tid. Erövrar för alltid vid 5 inteckningar.

4. **Växjö LK:s vandringspris halvmaraton/marathon** samma bestämmelser som för 5000/10000 m ovan

5. **"Villstads-Egons" vandringspris** i VETERAN-CUPEN. (Föreningar satsa mer medvetet att få tre veteraner att fullfölja veterancupen! De bildar laget för vandringspriset.) Alla åldersklasser ingår, M och K.

6. **Fabbe Biörcks SPRINTERPOKAL** vid stora DM män. 100, 200 och 400 m.

7. **"Villstads-Vanjas" SPRINTERPOKAL** dito för kvinnor.

8. **Wärnamo SK:s KASTPOKAL** vid stora DM män alla kast ingår.

9. **Wärnamo SK:s KASTPOKAL** dito för kvinnor.

ONSDAGEN DEN 25 MAJ 2005

är det dags för motionsloppet för enbart tjejer

Drottning MARGARETA-Loppet

Loppets startar klockan 19.00

Årets största idrottsarrangemang i Kalmar Län med
uppemot 5000 deltagande kvinnor.

Anmäl senast 11 maj till PG-nr 114261-1

Anmälningsavgift 130 kronor.

Anmäler ni er fem tillsammans och få en trevlig
picknickkasse att dela vid målet

VÄLKOMNA!

KALMAR SK-FRIIDROTT

VÄLKOMMEN TILL

Öland och Persnäs AIF den 30/7 2005

Då arrangerar vi på Solvallen, Hallnäs

ÖLANDSJOGGEN

en tävling för hela familjen.

Dam o herr 10 km 80:-

Dam o herr 4 km 70:-

Ungdomar födda 1988 eller sen 50:-

Ungdomar 2,5 km och 1,5 km 35:-

Anmälan göres på PG 10 79 78-9, Persnäs AIF, Ölandsjoggen, senast 26/7. Ange namn, adress, klass och klubbtilhörighet. Upplysningar på kansliet 0485/251 59. Kansliet öppet mellan 8-12 mån-fre, och genom vår hemsida www.paif.nu. Minnesplaketter till alla som deltar



Eksjö Södra Idrottsklubb



arrangerar följande tävlingar
under 2005

27 maj EKSJÖ STADSLOPP

15 juni EKSJÖ O5, med DM-grenar

**1 aug RÄNNEBORGSSPELEN,
med UDM-grenar**

Upplysningar

Jan Rudolfsson, tel. 0381/411 36, 070/483 73 58



Välkommen till **BLODOMLOPPET** i Jönköping



Hovslätts IK har äran att för åttonde gången i rad tillsammans med Blodcentralen arrangera Blodomloppet i Jönköping.

Alla är välkomna. Starten går kl. 18.30, den 24 augusti vid Idrottsplatsen Ryhov där även målet är. Du kan välja att **gå, lunka eller springa 5 eller 10 km** med klassindelning för damer och herrar. Promendklassen är utan tidstagning. Alla som fullföljer får T-shirt och medalj. Prisutdelning direkt efter loppet.

Anmäl er gärna i ett lag om 5 personer där en **picknickkasse** från ICA ingår i sartaavgiften. Det är valfritt inom laget att välja 5 eller 10 km. Lagdeltagarna deltar även individuellt.

Startavgiften är 160 kronor för individuell anmälan och 800 kronor för lag. Registrerad blodgivare, innehavare av ICA Kort och ungdom födda -89 och senare erhåller 40 kronor rabatt. Rabatterna kan ej kombineras. Om minst tre deltagare i laget är blodgivare eller innehar ICA Kundkort är start-avgiften 650 kronor.

Anmälan Fyll i det förtryckta inbetalningskortet i inbjudan och sätt in start-avgiften **senast 8 augusti**. Anmälan kan också göras via vår hemsida **www.blodomloppet.com** eller direkt hos **Blodcentralen på Ryhov**. Du kan även anmäla dig och betala direkt vid starten mot en förhöjd avgift på 50 kronor. Lag kan ej efteranmälas. Efteranmälan måste ske senast en timme före start.

Nummerlappar hämtar du på Intersport A6 den 20 och 21 augusti. Närmare information en vecka före loppet. Var beredd att visa upp ICA Kort

Vill du veta mer. Titta in på vår hemsida www.blodomloppet.se eller ring blodomloppets servicetelefon 036-310547 eller Hovslätts IK:s kansli tel 036-75349 (9-15). Tel och fax 036-757 81.



BOKA 20 JULI 2005

Då är det dags för

KALMAR SOMMARSPEL

En nationell tävling med senior- och ungdomsklasser.

Kalmar SK - Friidrott

FÖRTJÄNSTUTMÄRKELSE I FRIIDROTT FÖR LEDARARBETE

Svenska Fri-idrottsförbundet utdelar
DIPLOM, FÖRTJÄNSTMÄRKET och FÖRTJÄNST-
MEDALJ i SILVER.

Smålands Fri-Idrottsförbund utdelar FÖRTJÄNST-
NÅL i SILVER och GULD + FÖRTJÄNSTPLAKETTEN.
Begär upplysningar av Smål. FIF.



TRÅDDRAGARRUNDAN

Lördagen den 4 sept -05 vid Töllstorpshallen i Gnosjö

- Klasser:** M23, M40, M50, M60, K23, K40, P18, F18, P16, F16, P13-14, F13-14, P11-12, F11-12, P9-10, F9-10, P8, F8
- Banlängd:** Bana 1: 10.000 m. Bana 2: 5.000 m
Bana 3: 3.000 m, Bana 4: 1.500 m
- Anmälan:** Senast fredagen den 26 augusti till:
Gnosjö FK, Fritidsvägen, 335 32 Gnosjö
Fax 0370/926 70
- Efteranm:** Till kl. 10.00 tävl. dagen mot en extra av
gift av 25:-, 1:a start 10.30.
- Avgifter:** Bana 1: 75:-, bana 2-4 och motion: 30:-
Insättes på Gnosjö FK:s pg 41 23 69-1
samtidigt med anmälan.
- Regler:** Deltagare i tävl. klass skall tillhöra klubb
som är ansluten till Sv. Friidrottsförbundet.
- Upplys:n:** Christer Park 0370/998 37
Ingvar Lundberg 0370/821 17

VÄLKOMNA ALLA "LÅNGSKUBBARE"
till den 38:e Tråddragarrundan!

Gnosjö Friluftsklubb



Rekv. från Smålands FIF, Box 4026, 561 04 HUSKVARNA

Jubiläumsskriften 1955-04. Äldre statistik etc.

Föreningar och enskilda somvill komplettera sitt arkiv.

ÖNSKAR DU BESTÄLLA?

JUBILEUMSSKRIFT Smålands FIF 1955-04	50:-
Smål. FIF:s KALENDER tid. årgångar	5:-
SMÅLANDS-BÄSTA 1978 o tid.....	5:-
SMÅLANDS-BÄSTA senare än 1978	15:-
ÅRSBERÄTTELSE	10:-
100-bästa genom tiderna M/K	50:- + 50:-
DM-Segrare genom tiderna MS/KS/MJ	
.....	75:-pr st. alla tre 200:-

LOKALRADION/TV

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

RADIO JÖNKÖPING

551 92 Jönköping, tel. 036/30 50 00, fax 30 50 05
hemsida: www.sr.se/jonkoping, epost: sporten@jkpg.sr.se

RADIO KRONOBERG

Box 62, 351 03 Växjö, tel. 0470/72 60 50, fax 72 60 60
hemsida: www.sr.se/kronoberg, e-post: sporten@kron.sr.se

RADIO KALMAR

391 83 Kalmar, tel. 0480/45 80 00, fax 295 55
e-post: sport@kalm.sr.se

SV.TV."SMÅLANDSNYTT"

Box 3050, 350 33 Växjö, tel. 0470/77 88 00, fax 77 88 10
e-post: smalandsnytt@svt.se

Minneslista för RESULTATLISTOR

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

I alla resultatlistor måste följande saker finnas angivna:

Tävlingsplats, Tävlingsdatum, Arrangör, Tävlingsledare, Vindförhållande
Samtliga resultat inkl. försök etc. Födelseår på delt. (Kräv uppgift vid ANMÄLAN!), redskapsvikt och häckhöjd vid berörda grenar.

RESULTATLISTA FÖR TÄVLING SKALL SNARAST

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

- **SFIF STATISTIK**, Box 11, 171 18 SOLNA
- **SMÅLANDS FIF**, Box 4026, 561 04 HUSKVARNA
- **VARJE FÖRENING** som haft deltagare med
- **VARJE DISTRIKTSFÖRBUND** som haft deltagare med!!!

SAMT TILL SMÅLANDS FIF:S STATISTIKFÖRARE:

(ej terräng/långlopp, **dock maraton och halvmaraton.**

- **Bo Björkholm** Skorstengatan 112, 393 63 KALMAR
kalmarbo@telia.com (**Veteraner M/K 35 o.ä., arena**)
- **Stefan Carlsson** Torggränd 1, 4 tr, 553 20 JÖNKÖPING,
fax: 036/12 96 59, smfif.stefan@swipnet.se (**K, Arena, F19**)
- **Kettie Gustavsson** Ö.infarten 2, 360 53 SKRUV, Fax: 0478/202 51,
kettie.gustavsson@swipnet.se
(**M Arena, P19, P/F17, P/F15, och P/F14**)
- **Göran Graberg**, Svalöv. 7B, 571 73 STENSJÖN, Fax: 0380/914 11,
goran.graberg@stensjon. (**Ungdom: P/F11 och P/F10**)
- **Allan Henriksson**, Svarttorp, 560 28 LEKERYD, Fax: 036/810 18,
allan.henriksson@swipnet.se (**Väglopp, maraton, och halvmarathon**)
- **Stefan Holst**, Enebärsvägen 6, 560 25 BOTTNARYD, Fax: 036/206 77
holststefan@hotmail.com (märk faxet "Stefan Holst")
(**Ungdom PF/13 och P/F12**)

Observera! Ungdomar som tävlar i rena ungdomstävlingar kan prestera resultat som platsar i seniorstatistiken. Veteraner tävlar inte enbart i rena veteran-tävlingar osv. För att vara på den säkra sidan är det önskvärt att n sänder alla resultatlistor till samtliga statistikförare ovan.

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

Slarvar ej med resultatlistor, beakta de som står ovan!

REGLER FÖR SANKTION

och hur olika tävlingar anses sanktionerade.

Enligt styreslebeslut 85-12-12 gäller följande för att TÄVLING skall vara sanktionerad (Så att distriktsrekord kan noteras ex.vis).

TÄVLINGAR som är sanktionerade genom Smålands Fri-Idrottsförbund: Arena-tävling/inomhustävling:

S.k. distriktstävling (Kan vara deltagare från hela landet), olika åldersklasser. Under denna rubrik även mindre distriktstävlingar etc. Sanktion sökes skriftligt med angivande av tävlingsdatum, klasser, grenar, m.m. hos tävlingskommittén Annlis Hellsten Homhällesvägen 20, 572 40 OSKARSHAMN, tel/fax 0491/839 47, 070/390 07 46.

Sanktionsavgift 100:—, som insändes medelst det inbetalningskort som medföljer sanktionsbeviljandet. OBS! att detta gäller även ifall ni vill arrangera en större inomhustävling med ungdomsklasser, juniorer och seniorklasser.

Under denna rubrik sökes alltså alla tävlingar som ni vill ha sanktionerade för att eventuella rekord skall gälla etc.

Ungdomstävling. I fall förening vill anordna ungdomstävling lite mera internt — men som dock är öppen för andra än klubbens egna aktiva, kan den sanktioneras genom att ni söker sanktion. Detta gäller både utom- och inomhus. Ingen sanktionsavgift för denna tävlingsform, som räknas som propaganda/rekryteringstävling. Detta gäller för tävling med ungdom 17 och under, och rekord i dessa åldersgrupper kan godkännas. Äldre aktiva kan delta "utom ungdomstävlingen" men rekord kan inte godkännas. Då måste tävlingen vara sanktionerad enligt ovan för äldre.

DM/UDM/VDM — arrangemang=ingen sanktionsavgift.

LM, kommuns — kretsmästerskap kan anordnas, men skall för att gälla såsom sanktionerad tävling, där rekord kan sättas, **sanktionsanmälas!** till tävlingskommittén, adr. som ovan. Alltså: glöm inte att anmäla ifall ni inom ett län, en kommun eller en krets vill anordna mästerskap, som skall vara sanktionerade. Ingen sanktionsavgift här.

Väg/terrängtävling NAToch – DISTRIKT

Här sanktioneras tävlingar med över 200 deltagare ind. (50 stafettlag) av Svenska Friidrottsförbundet och övriga av Smålands Friidrottsförbund. Sanktionsansökningar skall vara inne **senast 31 okt.** och de till Sv. FIF skall gå genom Smålands FIF för till- eller avstyrkande. Sanktionsavgifter är alltid viss procent på anmälningsavgifterna för fullföljande i loppet.

Anm. Sanktion/anmälan göres 10 dagar innan tävling (senast).

Övriga tävlingar, som anordnas betraktas såsom klubbtävlingar/och matcher och resultat från sådana arenatävlingar kan räknas till årsstatistik och till "poängjakten" inom Smålands distrikt men ej godkännas som smål. rek.

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=senior, JDM= junior-DM, UDM=ungdoms-DM, VDM=veteran-DM och IDM=inomhus-DM. M=män, K=kvinnor, P=pojkar, F=flickor.

UTLYSNING/INBJUDAN

Arrangerande förening skall sända **skriftlig inbjudan** cirka en månad innan tävlingsdagen, till **Föreningar klassade såsom AKTIVA A** (Se Smålands Fri-Idrottsförbunds årligen utgivna KALENDER) och vid terräng-DM, 10.000 meter, 5.000 meter kvinnor, maraton och halvmaraton även till föreningar klassade såsom **AKTIVA B**. OBS: Inbjudan skall "för kännedom" sändas även till SMÅLANDS FIF, Box 4026, 561 04 HUSKVARNA och till tävlingskommitténs ordf.

ANMÄLAN

till DM-tävling skall göras **skriftligt** och vara arrangör tillhanda **senast tio dagar före tävlingsdagen**. Dock skall anmälan som är poststämplad minst elva dagar före tävlingsdag godkännas. **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. I ev. B-finaler vid de inoff DM-en (t.ex. UDM/KLUBBLAG) utdelas **Smålands FIF:s diplom** till de främsta lagen.

Vid lagmästerskap (Stafetter och lagtävling i terräng) — skall tecken tilldelas även föreningen.

Arrangör står för alla kostnader i samband med DM-tävling, alltså även priser (Undantag för DM/UDM för klubbtag, där Smålands FIF står för priskostnaden).

OBS: Om DM-arr. gått med förlust kan ekonomiskt bidrag sökas hos Smålands FIF enligt styrelsebeslut

ANMÄLNINGSavgIFTER

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

Arena, inom- och utomhus (utom 10.000 m)

16 år o äldre= 50:–

15 år o yngre= 30:–

Arena 10.000 m, Terräng, Hel- o halvmarathon

16 år o äldre= 70:–

15 år o yngre= 30:–

Stafetter

16 år o äldre för lag= 120:–

15 år o yngre= 100:–

Mångkamp

16 år o äldre= 120:–

15 år o yngre= 60:–

DM/UDM klubbtag

100:– per lag (till Smålands FIF)

Efteranmälan 2 ggr. ordinarie avgiften.

OBS!

När DM/VDM är inlagt i annan tävling. (Marathon, Halvmarathon) gäller att man särskilt kan anmäla sig till DM och inte behöver delta i och få plac. i loppet i övrigt. Om man deltar i loppet i övrigt är man dock med i DM/VDM **automatiskt** ifall man är anmäld för en förening som är ansluten till Svenska FIF/ Smålands FIF. 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 mästerskapstecken skall kunna delas ut. Vid endast en start får denne deltaga och hans/hennes resultat noteras men tecken ej utdelas.

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

Anm. P.g.a. att man numera kan efteranmäla sig har det tidigare att tävling skall avlysas vid en anmälan borttagits.

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

RESULTATLISTA

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

Se Minneslista för resultatlistor här i kalendern.

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

TÄVLINGSJURY och SMÅLANDS FIF:s REPRESENTANT

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

OBS! ANGÅENDE ÖVERBLIVNA DM-TECKEN OBS!

Överblivna DM-tecken får återsändas till Smålands FIF, Tävlingskommittén — Ove Davidsson, Svensgårdsv. 25, 342 34 ALVESTA — varefter förbundet avräknar dessa vid faktura på utsända DM-priser.

OBS! Medsänd därvid alltid resultatlista (inom 7 dagar).

UTLÄNSK MEDBORGARE

som tävlar för Smålandsklubb äger rätt att delta i JDM 18 och UDM, under förutsättning att vederbörande äger rätt att delta i annan sanktionerad tävling. För DM M/K och JDM M/K 22 gäller dock motsvarande regel som för SM, som betyder vistelse i Sverige 2 år.

ÖVRIGA BESTÄMMELSER

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

GRENNAR OCH KLASSER VID DM, JDM, UDM och VDM 2005

UTOMHUS

DM, JDM, UDM och VDM i terränglöpning

Endagsarr. Åldersbundet utom i sen.M/K (I sen.klass måste deltagare fylla minst 16 år under året) 16/4: Arr.IK Hakarpspojarna

M/K, P/F 19, P/F 17, P/F 15, P/F 14 och VET	= 4000m
P/F 13, P/F 12	= 2000m
M	= 12.000m
K	= 8000m

DM/VDM i halvmarathon

Endagsarr. 5/5, Arr: Storebro SC (Inlagt i Vimmerbyloppet)
M och K. M35 o.s.v. upp till M80. K35 o.s.v. upp till K75

DM och UDM 17, 15 och 13 i stafett

Endagsarr. 28/5, Åldersbundet utom i sen M/K.

5/6. Arr: IFK Växjö (Inlagt i Smålands Ungdomsspel)

M/K = 4x100m, 4x400m. **M**= 4x1500m, **K**= 3x1500m

P/F 17 och P/F 15 = 4x100m , 3x800m,

P/F 13 = 4x80m, 3x 600m.

Gäller U17, 15,13: En och samma ungdom får deltaga i endast en åldersgrupp men äger rätt att starta i högre åldersgrupp för att fylla ut ett lag. Dock måste laget innehålla minst två aktiva i aktuell åldersklass. Därtill kommer rätten att starta i M och K.

Senior-DM 1500m

Endagsarr. 31/5, Arr : Jönköpings Friidrottskrets (Inlagt i Råslättspelen)

M/K = 1500m. (**Öppet för alla åldrar**)

DM o VDM 10.000m

Endagsarr. 10/6,

Arr: Oskarshamns SK

M/K ,M/K 35 i 5-årsintervaller uppåt.

Löps i seedade hest. Tiderna avgörande för plac.

Senior-DM dag 1 och JDM, UDM o VDM hinder.

Endagsarr. 15/6.

Arr: Eksjö Södra IK (Inlagt i Eksjö -05)

M/K
= 100m,3000m hinder, längd, slägga, spjut.
Öppet för alla åldrar.

M35-55 = 3000m hinder.

P/F 19, P17, M60- = 2000m hinder,

F17, P/F 15 = 1500m hinder

JDM 19, UDM 17o15 och VDM

Tvådagarsarr, 18-19/6, åldersbundet

Arr: Oskarshamns SK

Dag 1:

P/F19, 17, 15, M/K35 o.s.v uppåt :

100m, 80/100/110m häck, höjd, längd, kula, diskus.

P/F 19, 17, M/K 35 o.s.v. uppåt: 400m, 1500m.

P/F 15: 300m

Dag 2:

P/F 19,17,15, M/K35 o.s.v. uppåt:

800m, 300/400m häck, tresteg, stav, slägga, spjut.

P/F 19,17 M/K 35 o.s.v. uppåt: 200m

Angående häck: 80m= F15, M70-, K40-

100m= P15, K, F19-17, M50-55, K 35,

300m = P/F 19,17,15, M60-, K50,

400m= M, K, M35-M55, K35-K45

Anm. Se upp med olika häckhöjder och avstånd.

DM, JDM, VDM 5000m

Endagsarr. 22/6.

Arr: Bottn.IF; Habo IF, Hovslätts IK (Inlagt i Vätters spelen)

M/K, P19, M/K 35 i tidsintervaller uppåt

Löps i seedade heat. Tiderna avgörande för placering.

Senior-DM, dag 2 och JDM, UDM 3000 och 2000m

Endagsarr. 13/7,

Arr: Högby IF (Inlagt i Ölandsspelen)

M/K: 200m, 800m, 400m häck, stav, diskus (öppet för alla åldrar)

F19, P/F 17: 3000m.

P/F 15: 2000m.

Senior-DM, dag 3

Endagsarr. 30/7,

Arr: Villstads GIF (Inlagt i Kräftspelen)

M/K: 400m, 100/110m häck, höjd, tresteg, kula. (Öppet för alla åldrar)

UDM 14,13,12, dag 1

Endagsarr. 6/8, åldersbundet

Arr: IK Sisu. (Inlagt i Sisuspelen)

P14: 300m, 800m, 100m häck, höjd, tresteg, kula, diskus.

F14: 300m, 800m, 80m häck, stav, längd, slägga, spjut.

P13: 600m, 60m häck, höjd, tresteg, kula, diskus.

F13: 600m, 60m häck, stav, längd, slägga, spjut.

P/F12: 200m, 60m häck, stav, längd, diskus, spjut.

OBS: Max 3 grenar per dag

UDM 14,13,12, dag 2

Endagsarr. 7/8, åldersbundet Arr: Eksjö Södra IK (Inlagt i Ränneborgsspele)

P14: 100m, 2000m, 300m häck, stav, längd, slägga, spjut

F14: 100m, 2000m, 300m häck, höjd, tresteg, kula, diskus.

P13: 80m, 1500m, stav, längd, slägga, spjut.

F13: 80m, 1500m, höjd, tresteg, kula, diskus.

PF12: 80m, 1500m, höjd, tresteg, kula, slägga.

Obs: Max 3 grenar per dag.

DM, JDM, UDM 17, 15,14,13,12 i mångkamp.

Tvådagarsarr. 3-4/9, (Åldersbundet utom i seniorer) Arr: Skruvs IF

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

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

P15,P14: Åttakamp (1:100m häck, diskus, stav, spjut, 2:längd, kula,höjd, 800m)

K, F19, F17: Sjukamp (: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, boll, höjd, 600m)

F13,F12: Femkamp (60m häck, höjd, boll, längd, 600m)

DM i Castorama 1-2/10

Föreningars arrangemang på hemmabanor.

M/K. Ind. och lag.

DM o VDM marathons

Endagsarr. 15/10.

Arr. Växjö LK (Inlagt i Växjö marathons)

M/ K, M35 osv upp till M80, K35 osv. upp till K75

Åldersbundet utom i MK

OBS angående DM/VDM i marathons och halvmarathons.

När DM/VDM är inlagt i annan tävling gäller att man särskilt kan anmäla sig till DM och inte behöver delta i och få plac. I loppet i övrigt. Om man deltar i loppet i övrigt är man dock med i DM o VDM automatiskt ifall man är anmäld för en förening som är ansluten till Svenska FIF / Smålands FIF. Arrangör skall innan tävling kolla upp detta och "märka" varje deltagare med klass/Klasser (Veteran är automatiskt med även i seniorklass enl. Smålands FIF:s särskilda beslut.

FÖR INOMHUS 2006 PLANERAS:

Stora IDM M/K o IVDM 800m och 3000m

2-dagars (ev. endagars)

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

M/K 35-80: 800m, 3000m

IJDM 19 o IUDM 17+ DM, IJDM 19, IUDM 17,15,14 i mångkamp.

Tvådagarsarr.

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

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

K/F19, F17/15/14:

5-kamp: (60m häck, höjd, kula, 800m = K,F19, 600m = F17/1514)

P17/15/14: 7-kamp (Dag 1: 60m, stav, längd, Dag 2: 60m häck, höjd, kula, 600m)

IUDM 15,14,13,12.

Endagarsarr.

P/F 15,14 o 13: 60m, 60m häck, höjd, längd, kula.

IUDM 15, 14,13,12 1000m 800m, stav, tresteg.

Endagarsarr.

IVDM

Endagarsarr.

M/K 35-80: 60m, 60m häck, längd, höjd, kula

GRENAR OCH KLASSER VID KLUBBLAGS DM OCH UDM 2005

DM för klubblag

MÄN

Kvalomgång 22/5 Final 18/7

Arr. Eksjö Södra IK (norra gruppen), Oskarshamns SK (östra gruppen)

Norra Gruppen

MÄN

Eksjö Södra IK

IK Hakarpspojkarne

Hovslätts IK

OK Njudung

IK Sisu

Villstads GIF

KVINNOR

Eksjö Södra IK

IK Hakarpspojkarne

Hovslätts IK

IK Sisu

IFK Växjö

Grenar kvalomg: 100 m, 400 m, 1500 m, 5000 m, 110 m häck, höjd, längd, stav, kula, diskus, spjut, stafett 1000 m.

Grenar final: lika med kvalomgången plus 200 m, 800 m, 400 m häck, hinder 3000 m, tresteg och slägga.

Östra Gruppen

MÄN

Alvesta FI

Högby IF

Kalmar SK

Oskarshamns SK

Skruvs IF

Södra Vi IF

IFK Växjö

KVINNOR

FIK Färjestaden

Kalmar SK

Oskarshamns SK

Södra Vi IF

Grenar kvalomgång: 100 m, 400 m, 1500 m, 5000 m, 100 m häck, längd, höjd, stav, kula, diskus, spjut, stafett 1000 m.

Grenar final: lika med kvalomgången plus 200 m, 800 m, 400 m häck, tresteg och slägga.

Finalregler i båda grupperna: De två främsta från varje grupp och de där- efter två främsta lagen i poäng efter int. poängtabellerna män 1964 och kvinnor 1971.

OBS! Om FIK Färjestaden och Kalmar SK bildar sk paraplyförening under året, så blir det bara 8 lag i kvinnor och då kommer kval att utgå och det blir final direkt. Detta kommer att meddelas till arr. innan inbjudan utsändes.

UDM för Klubbtag 15,13, 12

Norra gruppen

1= 5/6, Arr: Jönköpings Friidrottkrets.
2= 21/8, Arr: Eksjö Södra IK

	<u>P15</u>	<u>F15</u>	<u>P13</u>	<u>F13</u>	<u>P11</u>	<u>F11</u>
Eksjö Södra IK	1	1	1	1		1
Habo FI-04	1	1	1	1	1	1
IK Hakarpspojkar	1	2	1	1	1	2
Hovslätts IK	1	1	1	2	1	2
Lekeryd-Svarttorps SK			1	1		1
IK Sisu	1	1		2		1
Stensjöns IF			1	1	1	
Tranås AIF FI	1	1		1	2	2
Villstads GIF	1	1	1	2	1	1
Antal lag till final	3	3	2	3	3	3

Södra gruppen

1= 4 el. 5/6, Arr: Kalmar SK
2= 20 el. 21/8, Arr: IFK Växjö

	<u>P15</u>	<u>F15</u>	<u>P13</u>	<u>F13</u>	<u>P11</u>	<u>F11</u>
FIK Färjestaden	1	1		1	1	1
IK Hinden		1		1		1
Högby IF	1	1	1	1	1	
Kalmar SK		1	1	1	1	1
Ljungby FIK		1	1	1		2
Skrups IF				1		
Wärnamo SK				1	1	1
IFK Växjö	2	4	3	4	2	3
Antal lag till final	3	3	4	3	3	3

GRENAR

POJKAR och FLICKOR 15

Match 1: 100 m, 800 m, 80/100 m hä, längd, tresteg, kula, spjut, stafett 4x100 m

Match 2: 100 m, 300 m, 2000 m, stav, höjd, diskus, slägga, stafett 4x100 m

Final: 100 m, 800 m, 2000 m, 100 m hä, höjd, längd, tresteg, spjut kula diskus, stafett 4x100 m

POJKAR och FLICKOR 13

Match 1: 80 m, 600 m, 60 m hä, höjd, tresteg, kula, spjut, stafett 4x80 m

Match 2: 80 m, 200 m, 1500 m, stav, längd, diskus, slägga, stafett 4x80 m

Final: 80 m, 200 m, 1500 m 60 m hä, höjd, längd, tresteg, kula, diskus, spjut, stafett 4x80 m

POJKAR och FLICKOR 11

Match 1: 60 m, 600 m, 60 m hä, höjd, längd, kula, spjut, stafett 5x60 m

Match 2: 60 m, 200 m, 1500 m, höjd, tresteg, kula, diskus, stafett 5x60 m

Final: 60 m, 600 m, 60 m hä, höjd, längd, tresteg, kula, diskus, spjut och stafett 5x60 m

PM för DM/UDM, KLUBBLAG

Varje deltagare äger rätt deltaga i två grenar plus stafett i samtliga åldersgrupper.

Varje lag ställer upp med en deltagare per gren individuellt.
I män och kvinnor får alla åldersklasser deltaga.

I UDM får deltagare gå upp i högre åldersklass ifall man vill fylla ut ett äldre lag. Deltagare får dock inte byta lag eller åldersklass i andra kvalmatcher i förhållande till den första. Ett lag måste bestå av minst tre deltagare.

I finalmatch får deltagare byta lag och åldersklass i förhållande till kvalmatcherna. Lagbyte gäller ju endast de som har 2 lag. I finalmatch kan ungdom 16, 14 o 12 endast deltaga i en åldersklass men kan dessutom deltaga i M/K.

Poängberäkning: Efter antalet deltagande lag matchdagen. (Alltså inte efter anmälda eller ex.vis. i första matchen deltagande lag) vid 6 lag = 6, 5, 4, 3, 2, 1.

OBS nytt fr.o.m. 2002: Endast 4 försök vid UDM för klubbtag (mot tidigare 6) i längd och tresteg samt i samtliga kast. Detta gäller vid både kvalomgång och final.

Skulle vid match lag stanna på samma poäng, avgör antal grensegrar, därefter plac. i avslutande stafetten.

Arrangör sänder inbjudan till deltagande klubbar i god tid och inbjudna lag har skyldighet lämna laguppställning senast 2 dagar innan match.

Det är ett önskemål att tidsprogram anges i inbjudan till match i DM/UDM klubbtag!

Strykningsavgift: Anmält lag, som ej kommer till start erlägger 200:—, som insändes till Smålands FIF.

ALLMÄNNA REGLER VID DM, JDM

Vid DM 5000 m, 10000 m, mångkamp, hel- och halvmarathon, terräng, inomhus seniorer "räknas dubbelt" d.v.s. man kan plac. i seniorer och egen åldersklass för samma prestation.

Kastredskap, häckhöjder etc skall vid DM-tävlingar vara de nationellt gällande vid SM etc.

OBS OBS – POÄNGTÄVLING – VID DM

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

IFK VÄXJÖ ARRANGEMANG 2005

Datum	Tävling	Klasser
1/5	Växjöloppet	M, K, M/K22, P/F11-17
11/5	Vårruset	K
28/5	Smålands Ungdomsspel	M, K, P/F11-19

**För information och beställningar av
inbjudningar:**

Tel: 0470-161 16, Faxa på 0470-103 56,
e-post. info@ifkvaxjo.se
hemsida: www.ifkvaxjo.se

eller skriv till
IFK Växjö
Box 3007, 350 33 VÄXJÖ



**Välkomna till
Växjö**

Victorialoppet

Victoriajoggen och Lilla Victorialoppet

Borgholm 15 juli 2005



Nu rustar vi för fullt inför årets
25-årsjubileum.

Du får bl.a. springa på en helt nylagd
gångata. Present till alla deltagare som
föranmäler sig. Se vidare på vår hemsida
www.borgholm.se/victoria



IFK Borgholm
387 23 BORGHOLM
Tel. 0485/10095. Fax. 0485/12101

Medarrangör: Tidningen ÖSTRAN

VÄRNAMO

Söndag (pingstdagen)
den 15 maj kl. 10.00
ungdomstävlingar

WSK-SPELEN

på FINNVEDSVALLENS
SM-arena

Klasser:

P17, P15, P14, P13, P11, P9
F17, F15, F14, F13, F11, F9

sep. inbjudan utsändes

WÄRNAMO SK

Götalandscupen 2005

Match 1= 21 maj, match 2= 24 SEPT.

Män, Div 1

IK Ymer , arr 1

IK Sisu

Sävedalens AIK

FIF Gnistan

Klippans FK

Män, div 2

UF Kontakt, arr 1

Brattås CK

IFK Halmstad

IK Hakarpspojarna

IFK Trelleborg

KA 2 IF

Kvinnor, div 2

Klippans FK

Kongahälla AIK

Hovslätts IK

Strömstads IF

IK Tiwaz, Arr 1

Kvinnor, div 3 norra

Norrköpings FIK arr 1

Mariestads AIF

IK Hakarpspojarna

Golf Tjalve, lag 2

Linköpings GIF

Kalmar SK

Ljungsbro FIK/Akele IK

SVENSKA FRIIDROTTSCUPEN 2005

Tävlingsdag 15/5

Grupp A: arr: Spårvägens FK

Män

Falu IK

Gefle IF

Hammarby IF

Huddinge AIS

Väsby IK

Upsala IF

Kvinnor

Gefle IF

Hammarby IF

Huddinge AIS

Turebergs FK

Täby IS

Spårvägens FK

Grupp B: arr: IFK Helsingborg

Män

Heleneholms IF

IFK Helsingborg

Mölnåls AIK

Vittsjö Gök

IFK Växjö

Golf Tjalve

Kvinnor

Heleneholms IF

IFK Helsingborg

Mölnåls AIK

FIK Färjestaden

Golf Tjalve

Västerås FK

LAG-SM

Tävlingsdag 22/6, Arr: IF Göta

Män

IF Göta

Hässelby SK

Ullevi FK

Spårvägens FK

plus 2 lag från cupen

Kvinnor

IF Göta

Hässelby SK

Ullevi FK

IFK Växjö

plus 2 lg från cupen

Grenar i Svenska cupen och Lag-SM

Män: 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 5000m, 3000m hinder, 110m häck, 400m häck, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut samt stafett 4x100m.

Kvinnor: 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 5000m, 1500m hinder, 100m häck, 400m häck, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut samt stafett 4x100m.

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	P12, F12	76,2	6	11,75	7,65	10,00
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, F13, F12	76,2	6	11,75	7,65	10,00
80	F15, F14	76,2	8	12,00	8,00	12,00
100	K, K22, F19, P15, P14	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
300	P19	91,4	7	45,00	35,00	45,00
300	P15, F19, F17, P14	76,2	7	45,00	35,00	45,00
400	M, M22	91,4	10	45,00	35,00	40,00
400	K, K22	76,2	10	45,00	35,00	40,00
300	P17	84,0	7	45,00	35,00	45,00

HÄCKREGLER FÖR VETERANER

60	M35	106,7	5	13,72	9,14	9,72
60	M40-M45	99,1	5	13,72	9,14	9,72
60	M50-M55	91,4	5	13,00	8,50	13,00
60	M60-M65	84,0	5	16,00	8,00	12,00
60	M70-M75	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-K45	76,2	5	12,00	8,00	16,00
60	K50-K55	76,2	5	12,00	7,00	20,00
60	K60+	68,6	5	12,00	7,00	20,00
80	K40-K45	76,2	8	12,00	8,00	12,00
80	K50-K55, M70-M75	76,2	8	12,00	7,00	19,00
80	K60+, M80+	68,6	8	12,00	7,00	19,00
100	M50-M55	91,4	10	13,00	8,50	10,50
100	K35	84,0	10	13,00	8,50	10,50
100	M60-M65	84,0	10	16,00	8,00	12,00
110	M35	106,7	10	13,72	9,14	14,02
110	M40-M45	99,1	10	13,72	9,14	14,02
300	M60-M65, K50-K55	76,2	7	50,00	35,00	40,00
300	M60+, M70+	68,6	7	50,00	35,00	40,00
400	M35-M45	91,4	10	45,00	35,00	40,00
400	M50-M55	84,0	10	45,00	35,00	40,00
400	K35-K45	76,2	10	45,00	35,00	40,00

Anm 1. På häckhöjderna gäller en tolerans på plus/minus 0.3 cm. Ex: På 40 m för M22 skall den verkliga häckhöjden hålla sig inom 106.4-107.0 cm.

Anm 2. 40 m och 50 m förekommer endast inomhus, 40 m då normalt i formen 2x40 m (jämför 4.12.1 Anm1). Även 60 m är – utom för P12/F12 – avsett för inomhustävlingar.

REDSKAPSVIKTER

Klass	Kula kg	Diskus kg	Slägga kg	Spjut g	Boll g	Vikt kg
M, M22	7.26	2.0	7.26	800	–	15.0
P19	6.00	1.75	6.00	800	–	–
P17	5.0	1.5	5.0	700	–	–
P14, 15	4.0	1.0	4.0	600	–	–
P12, 13	3.0	0.6	3.0	400	300	–
K, K22, F19	4.0	1.0	4.0	600	–	–
F17	3.0	1.0	4.0	600	–	–
F14, 15	3.0	0.6	3.0	400	–	–
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-M45	7.26	2.0	7.26	800	–	15.88
M50-M55	6.0	1.5	6.0	700	–	11.34
M60-M65	5.0	1.0	5.0	600	–	9.08
M70-M75	4.0	1.0	4.0	500	–	7.26
M80+	4.0	1.0	4.0	400	–	5.45
K35-K45	4.0	1.0	4.0	600	–	9.08
K50-K55	3.0	1.0	3.0	500	–	7.26
K60+	3.0	1.0	3.0	400	–	5.45

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
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	25	25	22	19	16	25
	Individuellt.....	25	25	25	21	17	13	
	lagtävling 1.....	25	25	25	21	17	13	
	lagtävling 2.....	10	6	3	-	-	-	
Lagtävling 2: Där sammanräkning sker i efterhand (terräng)	Europamäst. EM	25	21	17	13	9	-	25
	Individuellt.....	25	20	15	10	6	-	
	lagtävling 1.....	25	20	15	10	6	-	
	lagtävling 2.....	7	4	2	-	-	-	
Anm. Om i landskamp/ distr.match endast en delt. per land/distr. deltag. gäller att enbart förlust ej ger poäng. Vid B mästerskap erh. hälften av angivn.	Nordiskt mäst NM o fler landskamp.	15	10	7	4	1	-	15
	Individuellt.....	12	8	5	2	-	-	
	lagtävling 1.....	12	8	5	2	-	-	
	lagtävling 2.....	5	3	1	-	-	-	
	Landskamper	12	8	4	-	-	-	12
	Individuellt.....	10	-	-	-	-	-	
	lagtävling 1.....	10	-	-	-	-	-	
	lagtävling 2.....	4	-	-	-	-	-	
	Svenskt mäst. SM	10	6	3	-	-	-	10
	Individuellt.....	8	5	2	-	-	-	
	lagtävling 1.....	8	5	2	-	-	-	
	lagtävling 2.....	3	1	-	-	-	-	
	Landskapsmatch och landsdelsmäst.	6	4	2	-	-	-	6
	Individuellt.....	5	-	-	-	-	-	
	lagtävling 1.....	5	-	-	-	-	-	
	lagtävling 2.....	2	-	-	-	-	-	
	Distriktsmäst. DM	5	3	1	-	-	-	5
	Individuellt.....	4	2	-	-	-	-	
	lagtävling 1.....	4	2	-	-	-	-	
	lagtävling 2.....	1	-	-	-	-	-	
	DM klubblag.....	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.

Misterhults AIS

inbjuder till



SKOMAKARE LOPPET

Lördagen den 4 juni 2005 i Misterhult
Terränglöpning, 9 km/4,5 km/1 km/300 m
Start och mål vid kyrkan
Plaketter till alla deltagare.

För mer information kontakta:
Moody Nilsson, tel. 0491-320 94 eller
Ingemar Eriksson, tel. 0491-321 40
Alla hälsas hjärtligt välkomna!

Misterhults AIS

UNGDOMSMÄRKET I FRIIDROTT

P 16-17 år	BRONS	SILVER	GULD
100 m	13.60	12.40	11.50
200 m	28.30	25.30	23.30
400 m	61.00	56.50	53.20
800 m	2:23.00	2:10.80	2:02.00
1500 m	5:20.00	4:40.00	4:15.00
3000 m	10:40.00	9:50.00	9:15.00
2000 m hi (91,4 cm)	8:50.00	7:40.00	6:50.00
110 m häck (91,4 cm)	19.30	17.50	16.00
300 m häck (84 cm)	52.00	46.50	42.00
Höjd	1.45	1.67	1.84
Stav	2.80	3.35	3.60
Längd	4.80	5.60	6.35
Tresteg	10.80	11.90	12.50
Kula (5kg)	8.50	11.00	13.80
Diskus (1.5 kg)	23.00	33.00	41.00
Slägga (5 kg)	27.00	34.00	41.00
Spjut (700 g)	30.00	41.00	50.00

F 16-17 år	BRONS	SILVER	GULD
100 m	15.00	13.85	12.75
200 m	30.00	28.00	25.80
400 m	75.00	66.50	60.50
800 m	2:45.00	2:33.00	2:20.00
1500 m	6:00.00	5:20.00	4:55.00
3000 m	13:20.00	12:15.00	11:30.00
1500 m hi (76,2 cm)	6:55.00	6:00.00	5:35.00
100 m häck (76,2 cm)	19.00	16.90	15:50
300 m häck (76,2 cm)	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 (1 kg)	19.00	25.00	31.00
Slägga (4 kg)	21.00	29.00	38.00
Spjut (600 g)	19.00	25.00	34.00

P 14-15 år	BRONS	SILVER	GULD
100 m	13.90	12.90	11.90
300 m	48.00	43.00	38.70
800 m	2:30.00	2:20.00	2:08.00
2000 m	7:30.00	6:50.00	6:20.00
1500 m hi (76,2 cm)	6:00.00	5:30.00	5:00.00
100 m häck (84 cm)	18.50	16.30	15.25
300 m 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 (4 kg)	9.00	10.80	12.80
Diskus (1 kg)	21.00	30.00	39.50
Slägga (4 kg)	18.00	25.00	32.00
Spjut (600 g)	23.00	33.00	44.00

F 14-15 år	BRONS	SILVER	GULD
100 m	15.00	13.90	12.90
300 m	52.00	47.00	43.00
800 m	2:55.00	2:40.00	2:23.00
2000 m	8:30.00	7:40.00	7:05.00
1500 m hi (76,2 cm)	7:20.00	6:30.00	5:50.00
80 m häck (76,2 cm)	14.70	13.50	12.65
300 m 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 (3 kg)	7.30	8.40	10.60
Diskus (600 g)	19.00	26.00	35.00
Slägga (3 kg)	17.00	23.00	33.00
Spjut (400 g)	17.50	24.00	34.00

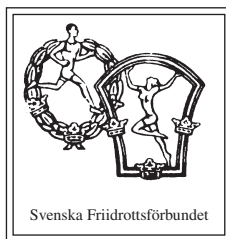
För att erhålla ungdomsmärket 12-13 år skall den aktive klara minst tre grenresultat på minst bronsnivå. För silver resp guld skall minst två grenresultat klaras på denna nivå.

P 12-13 år	BRONS	SILVER	GULD
80 m	12.80	11.60	10.70
200 m	32.00	29.50	27.30
600 m	2:06.00	1:55.00	1:43.00
1500 m	6:00.00	5:20.00	4:50.00
60 m häck (76,2 cm)	12.80	11.50	10.40
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 (3 kg)	7.00	8.50	10.20
Diskus (600 g)	16.00	22.00	31.00
Slägga (3 kg)	16.00	22.00	33.00
Spjut (400 g)	18.00	26.00	33.00

F 12-13 år	BRONS	SILVER	GULD
80 m	13.20	12.20	11.00
200 m	34.00	30.70	28.00
600 m	2:15.00	2:03.00	1:52.00
1500 m	6:40.00	5:50.00	5:20.00
60 m häck (76,2 cm)	13.20	11.80	10.60
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 (2 kg)	6:20	8.00	10.00
Diskus (600 g)	13.00	18.00	25.00
Slägga (2 kg)	13.00	20.00	28.00
Spjut (400 g)	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
60 m	10.10	10.00
600 m	2:18.00	2:10.00
60 m häck (76,2 cm)	14.20	13.90
Höjd	1.00	1.05
Stav	1.50	1.70
Längd (zon)	3.20	3.40
Kula (2 kg)	5.60	6.00
Boll (300 g)	18.00	24.00



Ungdomsmärket beställs hos Svenska Friidrottsförbundet

Den 31 dec. 2004 gällande SMÅLANDSREKORD i fri-idrott

MÄN

100 m	10,48	Christofer Ohlsson	IFK Växjö	1999
200 m	21,11	Anders Faager	Wärnamo SK	1972
400 m	46,29	Anders Faager	Wärnamo SK	1972
800 m	1,48,75	Patrik Johansson	IFK Växjö	1992
1000 m	2,20,98	Patrik Johansson	IFK Växjö	1993
1500 m	3,40,91	Patrik Johansson	IFK Växjö	1993
1 mile	4,01,72	Patrik Johansson	IFK Växjö	1994
3000 m	7,59,20	Kent Claesson	Skillingaryds FK	1999
5000 m	13,31,54	Kent Claesson	Skillingaryds FK	1998
10000	28,53,6	Nils-Bertil Kallrsson	Västerviks IF	1973
Häck 110 m	13,89	Ulf Söderman	IK Hakarpspojarna	1987
Häck 400 m	52,44	Frans Hällqvist	Skruvs IF	1991
Hinder 3000 m	8,37,60	Henrik Skoog	Villstads GIF	2000
Stafett 4x100 m	41,36	IFK Växjö (Daniel Gyuricsko, Björn Gunnarsson, Joakim Larsson och David Nilnor)		1990
Stafett 4x200 m	1,28,2	Wärnamo SK (Stefan Norder, Curt Johansson, Sven-Olof Bystedt och Anders Faager)		1969
Stafett 4x400 m	3,14,4	Wärnamo SK (Sven-Olof Bystedt, Joel Svensson, Curt Johansson och Anders Faager)		1971
Stafett 4x800 m	7,29,25	IFK Växjö (Stefan Pettersson, Lars Pettersson, Magnus Sjövik och Patrik Johansson)		1991
Stafett 4x1500 m	15,33,50	IFK Växjö (Frederic Karlsson, Kent Claesson, Mikael Anderson och Patrik Johansson)		1993
Stafett 1000 m	1,54,7	IFK Växjö (Owe Jonsson, Stefan Barck, Tore Hedner och Carl-Gustaf Johansson)		1961
Staf 4x100 m (D-lag)	42,83	Robert Eliasson, Noah Likhaya, Michael Silander och David Nilnor		1991
Staf 4x400 m (D-lag)	3,24,10	Jerker Asplund, Jan-Åke Karlsson, Magnus Gustavsson, Frans Hällqvist		1992
Stafett 1000 m (D-lag)	1,55,7	Lars Åke Norberg, Joel Svensson, Curt Johansson och Anders Fager		1971

Längd	7,62	Peter Widén	IFK Växjö	1987
Tresteg	15,30	Paul Lundberg	IFK Växjö	1984
Höjd	2,22	Stefan Karlsson	IK Sisu	1981
Stav	5,75	Peter Widén	IFK Växjö	1991
Kulstötning	19,74	Kristian Pettersson	IFK Växjö	1994
Diskus kastning	62,58	Kristian Pettersson	IFK Växjö	1994
Spjutkastning	75,29	Andreas Wulff	IFK Växjö	2004
Släggkastning	75,78	Per Karlsson	IFK Växjö	2000
Vikt kastning	21,76	Per Karlsson	IFK Växjö	1993
Tiokamp	7.519e	Fredrik Ahlström	IFK Växjö	1990

INOMHUS

60 m	6,81	Tobias Karlsson	IFK Växjö	1998
200 m	21,71	Christoffer Ohlsson	IFK Växjö	2002
400 m	48,89	Tobias Karlsson	IFK Växjö	1998
800 m	1,50,14	Patrik Johansson	IFK Växjö	1994
1500 m	3,45,95	Kent Claesson	Skillingaryds FK	1997
1 mile	4,15,5	Peter Fallénius	OK Njudung	1988
3000 m	7,48,44	Kent Claesson	Skillingaryds FK	1997
Stafett 4x200 m	1,29,53	IFK Växjö (Daniel Gyuricsko, Björn Gunnarsson, Joakim Larsson och David Nilnor)		1991
Häck 60 m	7,80	Ulf Söderman	IK Hakarpspojarna	1987
Längd	7,48	Fredrik Ahlström	IFK Växjö	1989
Tresteg	14,91	Urban Håkansson	IFK Växjö	1989
Höjd	2,21	Stefan Karlsson	IK Sisu	1981
Stav	5,70	Peter Widén	IFK Växjö	1996
Kula	18,22	Kristian Pettersson	IFK Växjö	2001
Vikt	18,14	Per Karlsson	IFK Växjö	2003
Sjukamp	5.234e	Fredrik Ahlström	IFK Växjö	1989

KVINNOR

100 m	11,48	Carolina Klüft	IFK Växjö	2004
200 m	22,98	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
400 m	53,17	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
800 m	2,04,48	Monica Magnusson	Jönköpings AIF	1986
1500	4,10,72	Johanna Nilsson	Högy IF	2003
3000 m	9,15,1	Jessica Carlberg	Oskarshamns SK	1998
5000 m	15,33,18	Ida Nilsson	Högy IF	2004
10000	33,37,65	Malin Öhrn	IVK Växjö	2002
Häck100 m	13,18	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
Häck 400 m	57,05	Erica Mårtensson	IFK Växjö	2003
Hinder 3000 m	9,43,25	Ida Nilsson	Högy IF	2004
Stafett 4x100 m	45,77	IFK Växjö (Erica Mårtensson, Carolina Klüft, Emma Magnusson, Camilla Johansson,)		
Stafett 4x200 m	1,42,56	Hovslätts IK (Karin Wibring, Eva Johansson, Anneli Wahl och Ann Axelsson)		2003
Stafett 4x400 m	3,42,28	IFK Växjö (Emma Magnusson, Maria Warensjö, Erica Mårtensson, Carolina Klüft)		1982
Stafett 4x800 m	9,02,53	IFK Växjö (Annica Gunnarsson, Annika Fasth, Malin Johansson och Annette Karlsson)		2004
Stafett 3x1500 m	13,57,43	IFK Växjö (Malin Öhrn, Hanna Holst, Jessica Gyffe)		1993
Stafett 1000 m	2,12,42	IFK Växjö (Janna Abrahamsson, Linda Hansson, Linda Flygare och Jenny Järgren)		2002
Stat 4x100 m (D-lag)	48,48	Malin Johansson, Veronica Fransson, Emma Frostensson, Anna-Karin Sandsberg		1993
Stat 4x400 m (D-lag)	4,21,41	Åsa Ahlstrand, Jenny Kjellman, Malin Johansson, Camilla Benjaminsson		1995
Stafett 1000 m (D-lag)	2,15,0	Eva Johansson, Chatriin Landholm, Ann Fransson och Vanja Davidsson		1992
Längd	6,97	Carolina Klüft	IFK växjö	2004
Tresteg	14,15	Camilla Johansson	IFK Växjö	2003
Höjd	1,94	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003

Stav	4,30	Hanna-Mia Persson	Kalmar SK	2002
Kula	14,77	Carolina Klüft	IFK Växjö	2004
Diskus	52,20	Ulla Buurts	Jönköpings AIF	1974
Sjöt	50,24	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
Slägg	58,85	Rebecka Kvist	Alvesta FI	2004
Sjukamp	7.001 e	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003

INOMHUS

60 m	7,45	Camilla Johansson	IFK Växjö	1997
200 m	24,12	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
400 m	53,25	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
800 m	2,07,50	Johanna Nilsson	Högy IF	2000
1500 m	4,19,86	Anette Karlsson	IFK Växjö	1992
1 mile	4,32,49	Johanna Nilsson	Högy IF	2003
3000 m	9,07,92	Ida Nilsson	Högy IF	2004
Häck 60 m	8,19	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
Längd	6,92	Carolina Klüft	IFK Växjö	2004
Tresteg	14,12	Camilla Johansson	IFK Växjö	2000
Höjd	1,89	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
Stav	4,35	Hanna-Mia Persson	Kalmar SK	2004
Kula	14,64	Malin Strand	IFK Växjö	1990
Femkamp	4,933 e	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003

MÄN Juniorer (högst 22 år)

100 m	10,48	Christofer Ohlsson	IFK Växjö	1999
200 m	21,26	Leif Jonsson	Habo IF	1987
400 m	47,40	Jeffrey Pedersen	Eksjö Södra IK	1995
800 m	1,48,75	Patrik Johansson	IFK Växjö	1992
1500 m	3,40,91	Patrik Johansson	IFK Växjö	1993
5000 m	13,45,23	Henrik Ahnström	Brittatorps SK	2003
Häck 110 m (106,7)	14,11	Ulf Söderman	IK Hakarpspojkarne	1985

Häck 400 m (91,4)	52,44	Frans Hällqvist	Skruvns IF	1991
Hinder 2000 m (91,4)	5,33,00	Henrik Skoog	Vilstads GIF	2000
Stafett 4x100 m	41,36	IFK Växjö (Daniel Gyuricsko, Björn Gunnarsson, Joakim Larsson och David Nilnor)		1990
Stafett 4x400 m	3,17,95	IFK Växjö (Gert Jönsson, Michael Ericson, Paul Lundberg och Mikael Johansson)		1981
Stafett 3x800 m	5,40,97	Eksjö Södra IK (Anders Johansson, Björn Ahlepil, Jacob Cedertune)		1999
Längd	7,62	Peter Widén	IFK Växjö	1987
Tresteg	15,15	Urban Håkansson	IFK Växjö	1988
Höjd	2,20	Stefan Karlsson	IK Sisu	1980
Stav	5,60	Peter Widén	IFK Växjö	1989
Kula	18,69	Bengt Bendéus	IFK Växjö	1966
Diskus	56,44	Kristian Pettersson	IFK Växjö	1993
Sjöt	70,96	Andreas Wulff	IFK Växjö	2001
Slägg	65,72	Per Karlsson	IFK Växjö	1989
Tiokamp	7,342 e	Fredrik Ahlström	IFK Växjö	1986

KVINNOR Juniorer (högst 22 år)

100 m	11,48	Carolina Klüft	IFK Växjö	2004
200 m	22,98	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
400 m	53,17	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
800 m	2,04,48	Monica Magnusson	Jönköpings AIF	1986
1500 m	4,10,72	Johanna Nilsson	Högbj IF	2003
3000 m	9,15,1	Jessica Carlberg	Oskarshamns SK	1998
5000 m	15,51,17	Jessica Carlberg	Oskarshamns SK	1998
Häck 100 m (84,0)	13,18	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
Häck 400 m (76,2)	57,54	Erica Mårtensson	IFK Växjö	2001
Hinder 2000 m	6,35,30	Ida Nilsson	IFK Växjö	2001
Stafett 4x100 m	47,39	IFK Växjö (Linda Flygare, Linda Hansson, Jenny Järgren och Johanna Henriksson)	Högbj IF	1993
Stafett 4x400 m	3,56,8	Jönköpings AIF (Eva Junefjäll, Maritha Larsson, Karin Bertilsson och Kristina Bertilsson)		1975

Stafett 3x800 m	6,57,93	IFK Växjö (Jessica Gylfe, Jessica Gunnarsson, Erica Mårtensson)	1998
Längd	6,97	IF Växjö	2004
Tresteg	13,87	Carolina Klüft	2004
Höjd	1,94	Carolina Klüft	2003
Stav	4,20	Linda Persson	2003
Kula	14,77	Carolina Klüft	2004
Diskus	46,64	Anna-Karin Svensson	2003
Spjut	50,24	Carolina Klüft	2003
Slägg	58,85	Rebecka Kvist	2004
Sjukamp	7 001e	Carolina Klüft	2003

MÄN Juniore (högst 19 år)

100 m	10,54	Christofer Ohlsson	1998
200 m	21,26	Leif Jonsson	1987
400 m	47,40	Jeffrey Pedersen	1995
800 m	1,49,83	Patrik Johansson	1991
1500 m	3,45,02	Patrik Johansson	1991
5000 m	14,20,30	Kent Claesson	1990
Häck 110 m (100)	14,46	Ulf Johansson	1990
Häck 300 m (91,4)	36,89	Frans Hällqvist	1981
Hinder 2000 m (91,4)	5,45,41	Johan Swärd	1990
Stafett 4x100 m	43,00	IFK Växjö (Olle Svensson, Christoffer Ohlsson, Niklas Hansén och Riccardo Svensson)	1991
Stafett 4x400 m	3,21,69	IFK Växjö (Tobias Karlsson, Alex Johansson, Anders Lennartsson och Jerker Asplund)	1994
Stafett 3x800 m	5,48,66	IFK Växjö (Anders Lennartsson, Alex Johansson, Jerker Asplund)	1991
Stafett 1000 m (D-lag)	1,59,72	Daniel Krösner, Tobias Karlsson, Jan-Åke Karlsson, Martin Joabsson	1992
Längd	7,46	Kent Nygren	1982
Tresteg	15,15	Urban Håkansson	1988
Höjd	2,12	Björn Pettersson	2004
Stav	5,15	Gustaf Hultgren	2002
		IFK Växjö	
		Oskarshamn SK	
		Kalmar SK	
		IFK Växjö	
		Habo IF	
		Eksjö Södra IK	
		IFK Växjö	
		IFK växjö	
		Skillingaryds FK	
		IK Hakarpspojarna	
		Skruus IF	
		Eksjö Södra IK	

Kula (6,0)	16,04	Mikael Olander	Hovslätts IK	1981
Diskus (1,75)	53,54	Tobias Melin	Botnaryds IF	1996
Spijt (800)	69,38	Nicklas Wiberg	FIK Färjestaden	2004
Slägga (6,0)	65,16	Anton Leion	IFK Växjö	2002
Tiokamp	7,604 e	Nicklas Wiberg	FIK Färjestaden	2003

KVINNOR Juniorer (högst 19 år)

100 m	11,69	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
200 m	23,71	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
400 m	53,17	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
800 m	2,04,48	Monica Magnusson	Jönköpings AIF	1986
1500 m	4,17,99	Johanna Nilsson	Högyby IF	2001
3000 m	9,15,1	Jessica Carlberg	Oskarshamns SK	1998
Häck 100 (84,0)	13,33	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
Häck 300 m (76,2)	41,22	Carolina Klüft	IFK Växjö	2000
Hinder 2000 m (76,2)	6,59,06	Ida Nilsson	Högyby IF	2000
Stafett 4x100 m	47,59	IFK Växjö (Ulrika Johansson, Linda Hansson, Jenny Järgren och Johanna Henriksson)	Högyby IF	1992
Stafett 3x800	7,04,2	IFK Växjö (Annelie Persson, Marie Johansson, Ingela Karlsson)	1983	
Stafett 1000 m	2,12,42	IFK Växjö (Janna Abrahamsson, Linda Hansson, Linda Flygare och Jenny Järgren)	1993	
Stafett 1000 m (D-lag)	2,15,78	Åsa Steen, Johanna Henriksson, Linda Hansson, Jenny Järgren	1992	
Längd	6,48	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
Tresteg	12,51	Kajsa Levin	Tranås AIF	2002
Höjd	1,92	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
Stav	3,68	Ida Glemme	IFK Växjö	2003
Kula (4,0)	14,29	Malin Strand	IFK Växjö	1990
Diskus (1,0)	45,40	Anne-Lie Drottman	FIK Färjestaden	1986
Spijt (600)	49,13	Mikaela Wieslander	IFK växjö	2000
Slägga (4,0)	55,12	Rebecka Kvist	Alvesta FI	2002
Stukamp	6,542e	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002

POJKAR 17 (högst 17 år)

100 m	10,63	Leif Jonsson	Habo IF	1987
200 m	21,26	Leif Jonsson	Habo IF	1987
400 m	47,92	Leif Jonsson	Habo IF	1987
800 m	1,53,95	Jacob Cedertun	Eksjö Södra IK	1999
1500 m	3,54,03	Patrik Johansson	Brättatorps TK	1989
3000 m	8,31,30	Kent Claesson	Skillingaryds FK	1988
Häck 110 m (91,4)	14,72	Anton Barck	IFK Växjö	2004
Häck 300 m (84,0)	38,42	Erik Lundvik	IFK Växjö	2002
Hinder 2000 m (91,4)	5,47,76	Jacob Cedertun	Eksjö Södra IK	1999
Stafett 4x100 m	43,95	IFK Växjö (Odd Wiking, Anton Barck, Erik Karlsson 87, Erik Lundvik		2002
Stafett 3x800 m	6,08,38	IFK Växjö (Alex Johansson, Jerker Asplund, Michael Johansson)		1989
Stafett 1000 m	2,01,68	IFK Växjö (Erik Karlsson 85, Erik Karlsson 87, Anton Barck, Erik Lundvik)		2002
Staf. 4x100 m (D-lag)	44,23	Jan-Åke Karlsson, Tony Gustavsson, Robert Widetoft och		
Längd	7,39	Frederic M'foutiga		1988
Tresteg	14,11	Fredrik Joabsson	Skruvs IF	1989
Höjd	2,04	Martin Joabsson	Skruvs IF	1991
		Mikael Kronqvist	Tranås AIF	1980
		Johnny Granath	Hovslätts IK	1982
Stav	4,82	Marcus Fransson	IFK Växjö	1989
Kula (5,0)	16,49	Per Rosell	FIK Färjestaden	2004
Diskus (1,5)	51,34	Kristian Pettersson	FIK Färjestaden	1988
Spjut (7,00)	64,06	Niklas Jutterdahl	Södra Vi IF	1989
Slägg (5,0)	68,08	Stefan Kvist	Alvesta FI	2004
Tiokamp	8.686 e	Nicklas Wiberg	FIK Färjestaden	2002

FLICKOR 17 (högst 17 år)

100 m	Anette Broselid	FIK Färjestaden	2004
200 m	Anette Broselid	FIK Färjestaden	2004
400 m	Elin Wiik	Sommenbygdens SK	2002
800 m	Anette Karlsson	IFK Växjö	1986
1500 m	Monica Magnusson	Jönköpings AIF	1985
	Anette Karlsson	IFK Växjö	1986
3000 m	Anette Karlsson	IFK Växjö	1986
Häck100 m (76,2)	Carolina Klüft	IFK Växjö	2000
Häck 300 m (76,2)	Carolina Klüft	IFK Växjö	2000
Hinder 1500 m (76,2)	Ida Nilsson	Höjby IF	1998
Stafett 4x100 m	IFK Växjö (Maria Elmqvist, Linda Hansson, Jenny Järgren och Cecilia Fredholm)		1991
Stafett 3x800 m	IFK Växjö (Helena Johansson, Louise Berglund, Hanna Holst)		2002
Stafett 1000 m	Skruus IF (Eva-Karin Eriksson, Ulrika Jeppsson, Marina Olsson och Karin Andersson)		1984
Staf. 4x100 m (D-lag)	Jenny Järgren, Janna Abrahamsson, Linda Stellemark, Iréne Persson		1991
Längd	Carolina Klüft	IFK Växjö	2000
Tresteg	Kajsa Levin	Tranås AIF/FI	2000
Höjd	Carolina Klüft	IFK Växjö	2000
Stav	Ida Glemme	IFK Växjö	2001
Kula (3,0)	Rebecka Kvist	Alvesta FI	1999
Diskus (1,0)	Eva Junefjäll	Jönköpings AIF	1975
Splut (600)	Carolina Klüft	IFK Växjö	2000
Släggå (4,0)	Rebecka Kvist	Alvesta FI	2000
Sjukamp	Carolina Klüft	IFK Växjö	1999

POJKAR 15 (högst 15 år)

100 m	Leif Jonsson	Habo IF	1985
300 m	Anton Barck	IFK Växjö	2002
800 m	Carl-Johan Hermansson	FIK Färjestaden	1994

2000 m	5,48,57	David Nilsson	Högbys IF	2002
Häck 100 m (84,0)	13,59	Anton Barck	IFK Växjö	2002
Häck 300 m (76,2)	38,21	Robert Widetoft	Wärnamo SK	1989
Hinder 1500 m (76,2)	4:25,31	Jacob Cedertun	Eksjö Södra IK	1987
Stafett 4x100 m	46,93	IFK Växjö (Olof Hjertman, Erik Svensson, Erik Karlsson -87, Anton Barck)		2002
Stafett 3x800 m	76,32,62	SK Graal (Johnny Jönsson, Henrik Pettersson, Mattias Johansson)		1988
Längd	6,59	Hans Svensson	IFK Växjö	1999
Tresteg	13,44	Harald Hamacher	IFK Växjö	1973
Höjd	1,97	Adam Peterson	Wärnamo SK	2000
Stav	4,25	Petter Edfeldt	IFK Växjö	1988
Kula (4,0)	16,62	Gunnar Pettersson	IFK Stockaryd	1973
Diskus (1,0)	50,09	Stefan Kvist	Alvesta FI	2002
Spjut (600)	54,07	Olof Hjertman	IFK Växjö	2003
Släggå (4,0)	67,35	Stefan Kvist	Alvesta FI	2002
Åttakamp	5,954	Anders Nihlstedt	FIK Färjestaden	2004

FLICKOR 15 (högst 15 år)

100 m	12,34	Anette Broselid	FIK Färjestaden	2003
300 m	40,44	Anette Broselid	FIK Färjestaden	2003
800 m	2,11,97	Anette Karlsson	IFK Växjö	1984
2000 m	6,27,38	Sandra Fransson	IFK Växjö	2003
Häck 80 m (76,2)	11,70	Emilia Rundqvist	IFK Växjö	2003
Häck 300 m (76,2)	44,39	Sofia Nilsson	IK Sisu	1987
Hinder 1500 m (76,2)	5:20,40	Maria Rydqvist	Villstads GIF	1998
Stafett 4x100 m	49,62	IFK Växjö (Jenna Glensby, Frida Svensson, Erica Jonasson, Dima Yassin)		2003
Stafett 3x800 m	7,22,4	IFK Växjö (Carita Hagberg, Liselotte Bengtsson, Tina Frisk)		1974
Längd	5,81	Susanne Andersson	IFK Växjö	1979
Tresteg	12,23	Carolina Klüft	IFK Växjö	1998
Höjd	1,82	Susanne Svensson	IFK Växjö	1980

Stav	3,15	Victoria Bengtsson
Kula (3,0)	13,34	Maria Bengtsson
Diskus (0,6)	45,91	Frida Karlsson
Spiut (400)	45,01	Anna Wessman
Slägga (3,0)	51,57	Rebecka Kvist
Sexkamp	4,963e	Josefin Svensson

IFK Växjö	2004
IFK Växjö	2003
IFK Växjö	2002
IFK Växjö	2004
Alvesta FI	1998
OK Hjorten	2004

POJKAR 14 (högst 14 år)

100 m	11,83	Daniel Berggren
300 m	38,47	Camilo Karlström
800 m	2.03.98	Henrik Skoog
2000 m	5.57.68	Henrik Skoog
Häck 100 m (84,0)	14,78	Adam Björling
Häck 300 m (76,2)	43,04	Anton Barck
Hinder 1500 m (76,2)	4.57.66	David Nilsson
Längd	6,10	Martin Wallertz
Tresteg	12,58	Camilo Karlström
Höjd	1,88	Edvard Carp
Stav	3,86	Petter Edfeldt
Kula (4,0)	16,31	Johan Pyrell
Diskus (1,0)	49,22	Tobias Melin
Spiut (600)	51,15	Adam Björling
Slägga (4,0)	61,14	Stefan Kvist
Åttakamp	4.864 e	Adam Björling

Botnaryds IF	1993
Högy IF	2003
Villstads GIF	1993
Villstads GIF	1993
Kalmar SK	2004
IFK Växjö	2001
Högy IF	2001
IFK Växjö	1973
Högy IF	2003
Villstads GIF	1992
IFK Växjö	1987
IFK Växjö	1989
Bothnaryds IF	1992
Kalmar SK	2004
Alvesta FI	2001
Kalmar SK	2004

FLICKOR 14 (högst 14 år)

100 m	12,64	Frida Simfors
300 m	42,13	Anette Broselid
800 m	2,14,48	Anette Sjöwall
2000 m	6,33,42	Johanna Nilsson
Häck 80 m (76,2)	11,77	Karin Andersson

IK Hakarpspojarna	2004
FK Färjestaden	2002
Nybro IF	1978
Högy IF	1997
Skrus IF	1982

Häck 300 m	47,51	Elin Pielhl	Eksjö Södra IK	1991
Hinder 1500 m (76,2)	5,30,11	Sandra Fransson	IFK Växjö	2002
Längd,	5,53	Susanne Svensson	IFK Växjö	1979
Tresteg	11,51	Carolina Klüft	IFK Växjö	1997
Höjd	1,73	Susanne Svensson	IFK Växjö	1979
Stav	3,15	Victoria Bengtsson	IFK Växjö	2004
Kula (3,0)	12,59	Rebecka Kvist	Alvesta FI	1997
Diskus (0,6)	42,56	Anne-Lie Drottman	Erädalens SK	1982
Splut (400)	42,78	Linda Knutsson	IFK Växjö	1985
Slägga (3,0)	41,34	Rebecka Kvist	Alvesta FI	1997
Sextkamp	4,425 e	Sofie Svensson	OK Hjorten	2003

POJKAR 13 (högst 13 år)

80 m	9,77	Daniel Berggren	Botnaryds IF	1992
200 m	25,30	Camilo Karlström	Högy IF	2002
600 m	1,30,72	Marcus Nilsson	Högy IF	2004
1500 m	4,23,29	Marcus Nilsson	Högy IF	2004
Häck 60 m (76,2)	9,66	Dennis Carlsson	Alvesta FI	2003
Stafett 4x80 m	42,43	Högy IF (Mattias Olander, Robin Slättergren, Marcus Nilsson, Oskar Thor)		2004
Stafett 3x600 m	5,10,32	Högy IF (Marcus Nilsson, Robin Slättergren, Oskar Thor)		2004
Längd, zon	5,86	Camilo Karlström	Högy IF	2002
Tresteg, zon	11,98	Adam Peterson	Wärnamo SK	1998
Höjd	1,75	Ulf Widlund	Skruus IF	1978
		Edvard Carp	Villstad GIF	1991
Stav	3,47	Gustaf Hultgren	Kalmar SK	1996
Kula (3,0)	14,67	Joakim Johansson	FIK Färjestaden	1998
Diskus (0,6)	40,99	Marcus Nilsson	Högy IF	2004
Splut (400)	52,13	Adam Björling	Kalmar SK	2003
Slägga (3,0)	47,18	Stefan Kvist	Alvesta FI	2000
Femkamp	4,660	Camilo Karlström	Högy IF	2002

FLICKOR 13 (högst 13 år)

80 m	10,35	Nathalie Lundorb	Stensjöns IF	2003
	10,35	Frida Simfors	IK Hakarpspojkkarna	2004
200 m	25,82	Frida Simfors	IK Hakarpspojkkarna	2004
600 m	1,39,91	Lina Andreasson	Eksjö Södra IF	2004
1500 m	4,47,45	Åsa Ljungblad	Västerviks OK	1989
Häck 60 m (76,2)	9,68	Emilia Rundqvist	Kalmar SK	2000
Stafett 4x80 m	42,83	IK Hakarpspojkkarna (Ebba Ljungberg, Emma Gustavsson, Rebecka Moyo, Frida Simfors)		2004
Stafett 3x600 m	5,39,99	IFK Växjö (Linda Johansson, Amanda Gustavsson, Sofia Klingberg)		2004
Längd, zon	5,48	Frida Simfors	IK Hakarpspojkkarna	2004
Tresteg, zon	10,90	Carolina Klüft	IFK Växjö	1996
Höjd	1,64	Carolina Klüft	IFK Växjö	1996
Stav	2,65	Angelica Bengtsson	IFK Växjö	2004
Kula (2,0)	13,45	Erica Andersson	Kalmar SK	2002
Diskus (0,6)	37,50	Anna-Karin Svensson	Emådalen SK	1994
Spiut (400)	40,46	Isabel Savic	Habo IF	1996
Släggå (3,0)	36,66	Rebecka Kvist	Alvesta FI	1996
Femkamp	4,650 e	Josefin Svensson	OK Hjorten	2002

POJKAR 12 (högst 12 år)

80 m	10,68	Mattias Olander	Högyby IF	2004
200 m	26,84	Mattias Olander	Högyby IF	2004
600 m	1,35,68	Abdigani Abdi	IFK Växjö	2002
1500 m	4,40,16	Nichlas Wiberg	FIK Färjestaden	1997
Häck 60 m (76,2)	9,84	Mattias Olander	Högyby IF	2004
Längd, zon	5,41	Daniel Berggren	Bottnaryds IF	1991
Tresteg, zon	11,35	Mattias Olander	Högyby IF	2004
Höjd	1,66	Per-Anders Säaf	Villstads GIF	
Stav	3,30	Gustaf Hultgren	Skruvs IF	1977
			Kalmar SK	1995

Kula (3,0)	14,67	Joakim Johansson	FIK Färjestaden	1988
Diskus (0,6)	36,24	Magnus Löngqvist	Habo IF	1992
Spjut (400)	41,02	Kristian Pettersson	FIK Färjestaden	1983
Slägga (3,0)	31,33	Marcus Nilsson	Högbý IF	2003
Femkamp	4,405 e	Mattias Olander	Högbý IF	2004

FLICKOR 12 (högst 12 år)

80 m	10,83	Emmelie Sjökvist	Emådalens SK	1991
200 m	27,10	Frida Simfors	IK Hakarpspojkarne	2003
600 m	1,44,85	Lina Andreasson	Eksjö Södra IK	2003
1500 m	5,00,1	Ida Nilsson	Högbý IF	1993
	5,00,1	Johanna Nilsson	Högbý IF	1995
Häck 60 m (76,2)	9,68	Emilia Rundqvist	Kalmar SK	2000
Längd, zon	5,13	Emmelie Sjökvist	Emådalens SK	1991
Tresteg, zon	10,37	Sofia Klüft	IFKVäxjö	1997
Höjd	1,56	Janna Abrahamsson	Nybro IF	1988
Stav	2,65	Angelica Bengtsson	IFK Växjö	2004
Kula (2,0)	13,45	Erica Andersson	Kalmar SK	2002
Diskus (0,6)	37,15	Hanna Bjärkevik	Hovslätts IK	2004
Spjut (400)	34,32	Linda Krondahl	IFK Växjö	1986
Slägga	30,96	Erica Andersson	Kalmar SK	2002
Femkamp	4,227 e	Lina Andreasson	Eksjö Södra IK	2003

Bästa noteringar manuella tider m.m. (Endast resultat bättre än EL tid medtagna)

Män, M22, P19	100 m	10,3	Leif Jonsson	Habo IF	1987
Män	200 m	20,7	Owe Jonsson	IFK Växjö	1962
	400 m	46,1	Anders Faager	Wärnamo SK	1972
	Spjut ä. mod.	80,32	Jan-Olof Damgren	Jönköpings AIF	1976
	Castorama	3,343	Per Karlsson	IFK Växjö	1989
Män/Kvinnor	Castorama lag	30,890	IFK Växjö		1992
Kvinnor	Castorama	2,770	Annelie Drottman	FIK Färjestaden	1986
POJKAR 17	Spjut äld. mod	72,78	Jan-Olof Damgren	IK Vista	1967
POJKAR 15	Spjut äld. mod	60,44	Thomas Petersson	Kalmar SK	1969
POJKAR 14	Spjut äld. mod	60,44	Thomas Petersson	Kalmar SK	1969
POJKAR 13	Spjut äld. mod	48,98	Thomas Petersson	Kalmar SK	1968

INOMHUS

Män	60 m	6,6	Curt Johansson	Wärnamo SK	1966
	400 m	48,4	Curt Johansson	Wärnamo SK	1972

LANDSVÄGSLOPP

SEN, herrar	Maraton	2,17,19	Carl-Johan Olofsgård	Södra Vi IF	1991
	Halvmaraton	1,05,11	Kent Claesson	Skillingaryds FK	1996
SEN, damer	Maraton	2,42,27	Monica Signahl	IFK Växjö	1991
	Halvmarathon	1,14,34	Monica Signahl	IFK Växjö	1991

IK Hakarpspojarna inbjuder till **Junespelen 2005**

Lördagen den 7/5 kl. 9.30
Råslätts Idrottsplats Jönköping

Grenar:

MS: 100 m, 800 m, höjd, längd, kula, diskus

KS: 100 m, 800 m, höjd, längd, kula, diskus

P19: Kula, Diskus

F19: Kula, Diskus

P17: 100 m, 800 m, höjd, tresteg, kula, diskus

F17: 100 m, 800 m, höjd, tresteg, kula, diskus

P15: 100 m, 800 m, 100 m häck, höjd, längd, kula, spjut

F15: 100 m, 800 m, 80 m häck, höjd, längd, kula, spjut

P13: 80 m, 600 m, 60 m häck, höjd, längd, kula, spjut

F13: 80 m, 600 m, 60 m häck, höjd, längd, kula, spjut

P11: 60 m, 600 m, längd, kula

F11: 60 m, 600 m, längd, kula

P9: 60 m, längd, boll

F9: 60 m, längd, boll

Anmälan: Skriftlig anmälan med angivande av klass och födelseår. Senast 29 april vill vi ha er anmälan, som sändes till: IK Hakarpspojarna, N. Klevaliden, 561 34 Huskvarna. Anmälningar kan även faxas till 036-14 09 96 eller skickas via e-mail: a.gronvall@telia.com. Tidsprogrammet kommer finnas på www.ikhps.nu/friidrott/junespelen.

Avgift: MS och KS 50:-/gren. Övriga klasser 40:-/gren. Kommer faktureras till klubben i efterhand. Efteranmälan mottages i mån av plats mot dubbel avgift.

Frågor: Peter Hackenschmidt tel. 036-615 02 eller Anders Grönvall tel. 036-18447.

Sponsorer:

 **Husqvarna**  **Husqvarna**

VIKING

VÄXJÖ LÖPARKLUBB

arrangerar 2005

- **Personliga rekordens kväll 2/8**
- **Växjö Tjejlopp 10/9**
- **Växjö Marathon 15/10**

För inbjudan och information
kontakta:

VÄXJÖ LÖPARKLUBB

Alegatan 20, 352 40 VÄXJÖ

Tfn/fax 0470/478 30.

e-post: vaxjoloparklubb@telia.com

Hemsida: www.run.to/vaxjoloparklubb

FM Mattsson

5 års
**TEMP
GARANTI**
FM Mattsson

5 års
**KALK
GARANTI**
FM Mattsson

5 års
**TRYCK
GARANTI**
FM Mattsson



FM Mattsson AB
Box 427, 792 27 Mora
Tel. 0250-278 00, Fax. 0250-159 60
Org.nr 556051-0207
www.fmmattsson.com

I filmens värld är allt möjligt

Listiga lösningar på individuella förpackningsproblem. Polyetenfolie, slang, bärkasar och påsar.

Kvalificerat färgtryck i upp till 6 färger.
Spec. korta serier - korta leveranstider.
Begär offert och broschyr!



Mo Industri AB
Box 31, 560 25 Bottnaryd
Tel. 036-203 60. Fax. 036-202 83



Extruding Pac i Glimåkra AB
Box 123, 280 64 Glimåkra
Tel. 044-424 40. Fax. 044-425 07



i Jönköping med omnejd önskar alla välkomna!

Bankeryd	tel. 036-37 80 85
Eurostop	036-18 36 30
Gränna	0390-412 20
Hyltena	036-18 20 13
Kortebovägen	036-12 95 50
Odengatan	036-71 41 88
Taberg	036-648 38
Västra Jära	036-260 30
Österängen	036-39 63 25
Västgöte	036-470 95



