

Regionsmästerskap Svealand 16-17 mars 2024

Tävlings säsongen är i full gång och nu är det snart dags för en av inomhussäsongens höjdpunkter för alla 13-14 åringar – Regionsmästerskap Svealand inomhus i Södertälje.

Vi lagledare kommer, med hjälp av era tränare, ta ut det mittsvenska laget till årets Regionsmästerskap 13-14 år inomhus. Då detta är en uttagningstävling är det viktigt att du har aktuella tävlingsresultat, är van vid att tävla och att ta dig runt självständigt på en arena samt att din tränare skickar in dina resultat till Mittsvenska Friidrottsförbundet **senast den 21 februari 2024**. Uttagningen görs främst på inskickade aktuella resultat från inomhussäsongen 23/24.

Varje deltagare får delta i max tre grenar och stafett, men vi ser gärna att du meddelar resultat för alla grenar du kan tänka dig att tävla i till din tränare. Vi behöver ha minst tre deltagare i varje gren! Tänk på att alla inte kommer att kunna delta i sina favoritgrenar utan att vi behöver fördela grenar för att få ett så komplett lag som möjligt. Här är det laget framför jaget som är ledorden!

Här nedan kan du se vilka grenar som finns.

Grenar RM Svealand:

Pojkar/Flickor 14, Lördag: 200m, 1000m, 60m häck, stav, längd, vikt

Pojkar/Flickor 14, Söndag: 60 m, höjd, tresteg, kula, stafett 3x200m

Pojkar/Flickor 13, Lördag: 200m, 800m, 60m häck, höjd, tresteg kula

Pojkar/Flickor 13, Söndag: 60 m, stav, längd, vikt, stafett 3x200m

Notera att det för PF14 är obligatoriskt med startblock på 60m, 60m häck och 200m samt planka på längd och tresteg.

Fundera även på om du skulle kunna tänka dig att springa stafett 6x200 m. Tre killar och tre tjejer från PF14 bildar ett lag, likaså tre killar och tre tjejer från PF13. Vi försöker få ihop så många stafettlag som det går då stafetterna är en härlig avslutning på tävlingshelgen.

Arrangören Södra Svealand erbjuder olika paket med mat och boende på hårt underlag i skola. Vi kommer samla in önskemål om mat- och boendepaket efter uttagningen av laget.

Hoppas att du är intresserad av att kämpa för det Mittsvenska laget och uppleva en rolig friidrotts helg i Södertäljehallen i Södertälje tillsammans med oss!

Vänliga hälsningar,

Lagledarna Mittsvenska laget

Kontakt: mittsvenskafif@gmail.com och Annica Hjort, annica_hjorth@hotmail.com, 070-4092926