

# Öppna DM Norra Norrland

## 2-3 augusti 2025

# Inbjudan

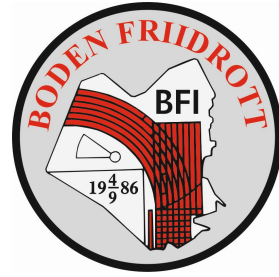
Boden Friidrott, Bodens kommun, samt övriga sponsorer hälsar alla deltagare, ledare och åskådare välkommen till Björknäsullen i Boden och spännande tävlingar.

- Arena:** Björknäsullen har 6 banor runt om och 8 banor på upploppet. Beläggningen är lagd 2023.
- Anmälan:** Sker via Easyrecord, [EasyRecord](#) senast 23 juli. Paraidrottare kan även anmäla sig direkt till Nils Pettersson, [bfi.ordforande@gmail.com](mailto:bfi.ordforande@gmail.com)  
Efteranmälningar sker på plats mot dubbel avgift.
- Hemsida:** På vår hemsida [Boden Friidrott | laget.se](http://Boden.Friidrott.laget.se) kommer det att finnas fortlöpande information om tävlingen.
- Avgift:** 80kr/grenstart för tävlande i klasser P/F13 och äldre, 60kr/grenstart för tävlande i yngre klasser. Efteranmälningar sker mot dubbel avgift. Utländska föreningar betalar kontant på plats.
- Funktionärer:** Denna tävling kommer att genomföras som ett samarbete mellan alla föreningar i region Norra Norrland. Därför kommer deltagande föreningar behöva hjälpa till att lösa funktionärer till tävlingen. Deltagande föreningar som stöttar med funktionärer kommer betala halva grenstartsavgiften.
- Priser:** För tävlande i åldersklassen P/F 7, 9, 11 samt för tävlande paraidrottare, delas deltagarpriser ut till samtliga deltagare för varje genomförd tävlingsdag. För övriga klasser delas pris ut till de 3 främsta i varje gren.
- Övrigt:** Upplysningar lämnas av: Nils Pettersson  
[bfi.ordforande@gmail.com](mailto:bfi.ordforande@gmail.com) alt. tel. 072-703 8688
- Boende:** Vid intresse kan boende på hårt underlag i anknytning till Björknäsullen arrangeras. Skicka intresseanmälan till [bfi.ordforande@gmail.com](mailto:bfi.ordforande@gmail.com)
- Paraidrottare:** På öppna DM kommer vi att ge möjlighet till alla med någon typ av funktionsvariation att vara med och tävla. Beroende på uppslutning kommer klassindelning att genomföras. Innan tävlingen börjar kommer ledare från Bodens friidrott att vid behov instruera och gå igenom de olika tävlingsmomenten med de aktiva. Självklart får även alla deltagande paraidrottare medaljer. Eventuella frågor eller funderingar hänvisas till Nils Pettersson, [bfi.ordforande@gmail.com](mailto:bfi.ordforande@gmail.com),
- Åldersklasser:** P/F12, P/F13, P/F14, PF15 är rena åldersklasser.



# Öppna DM Norra Norrland

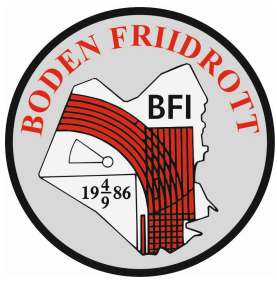
## 2-3 augusti 2025



**Första start lördag 2 augusti kl. 10:30, söndag 3 augusti kl. 09:30**

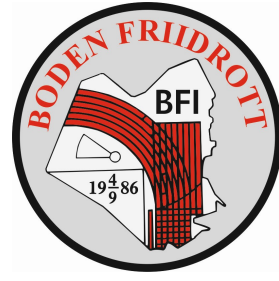
|                                         |         |                                                                                 |
|-----------------------------------------|---------|---------------------------------------------------------------------------------|
| MS/M22/MVet.                            | Lördag: | 200m, 1500m, 5000m, 110m häck, 400m häck, längd, stav, kula, slägga             |
|                                         | Söndag: | 100m, 400m, 800m, 3000m hinder (2000m hinder M22), höjd, tresteg, spjut, diskus |
| KS/K22/KVet.                            | Lördag: | 200m, 1500m, 5000m, 100m häck, 400m häck, längd, stav kula, slägga              |
|                                         | Söndag: | 100m, 400m, 800m, 3000m hinder (2000m hinder K22), höjd, tresteg, spjut, diskus |
| P 19 (06-07)                            | Lördag: | enligt MS/M22                                                                   |
|                                         | Söndag: | enligt MS/M22                                                                   |
| F 19 (06-07)                            | Lördag: | 3000m, (Övrigt enligt KS/K22)                                                   |
|                                         | söndag: | enligt KS/K22                                                                   |
| P 17 (08-09)                            | Lördag: | 200m, 1500m, 3000m, 110m häck, 400m häck, längd, stav, kula, slägga             |
|                                         | Söndag: | 100m, 400m, 800m, 2000m hinder, tresteg, höjd, diskus, spjut                    |
| F 17 (08-09)                            | Lördag: | 200m, 1500m, 3000m 100m häck, 400m häck, längd, stav, kula, slägga              |
|                                         | Söndag: | 100m, 400m, 800m, 2000m hinder, tresteg, höjd, spjut, diskus                    |
| P15/14 (10-11)                          | Lördag: | 300m, 2000m, 80m häck, 300m häck, längd, stav, kula, slägga                     |
|                                         | Söndag: | 80m, 800m, 1500m hinder, tresteg, höjd, spjut, diskus                           |
| F15/14 (10-11)                          | Lördag: | 300m, 2000m, 80m häck, 300m häck, längd, stav, kula, slägga                     |
|                                         | Söndag: | 80m, 800m, 1500m hinder, tresteg, höjd, spjut, diskus                           |
| P13/12 (12-13)                          | Lördag: | 600m, 60m häck, 200m häck, höjd, stav, spjut, slägga                            |
|                                         | Söndag: | 60m, 200m, 1500m, 800m hinder, längd, tresteg, kula, diskus                     |
| F13/12 (12-13)                          | Lördag: | 600m, 60m häck, 200m häck, höjd, stav, spjut, slägga                            |
|                                         | Söndag: | 60m, 200m, 1500m, 800m hinder, längd, tresteg, kula, diskus                     |
| P/F 11 (14-15)                          | Lördag: | 60m häck (60cm), 600m, längd, vortex                                            |
|                                         | Söndag: | 60m, 200m, 400m hinder, höjd, kula                                              |
| P/F 9 (16-17)                           | Lördag: | 60m häck (50cm), 400m, höjd, vortex                                             |
|                                         | Söndag: | 60m, 400m hinder, längd, kula                                                   |
| P/F 7 (18-19)                           | Lördag: | 400m, vortex, höjd (totalt 10 försök/deltagare med gummisnodd)                  |
|                                         | Söndag: | 60m, längd, kula                                                                |
| P/F 5 (20-25)                           | Lördag: | 60m (Anmälan sker på plats utan avgift)                                         |
| Paraidrottares<br>klassindelning senare | Lördag: | 60m, vortex/spjut, kula, höjd                                                   |
|                                         | Söndag: | 100m, 400m, längd, diskus                                                       |
| P/F 7,9,11,13,15,17, K/M                | Lördag: | Stafett 4X100m, anmälan görs under tävlingsdagen,                               |

Tävlingsklasserna är åldersbundna förutom seniorklassens grenar som är öppna från P/F15 och äldre. Tävlade i veteranklasser anmäler sig i seniorklassen och meddelar sedan på plats så att eventuella justeringar av vikter, häckhöjder etc. kan göras. I klasserna PF 7-11 har deltagarna 4 försök i teknikgrenarna. Hoppzon i längd PF 7-11.



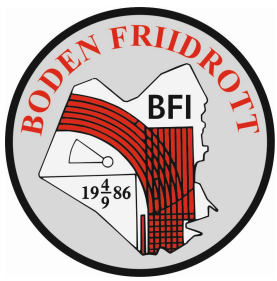
# Öppna DM Norra Norrland

## 2-3 augusti 2025



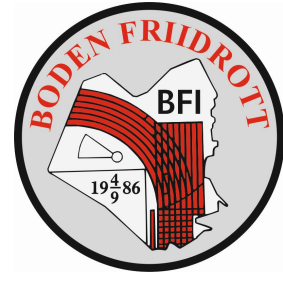
### PM

|                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Avprickning:            | Löpning, 60 min före starttid görs på Easyrecord. Teknikgrenar, 15 min innan start i samband med upprop.                                                                                                                                                                             |
| Efteranmälan:           | Genomförs i sekretariatet senast 60 min före respektive grenstart och i mån av plats samt mot högre avgift.                                                                                                                                                                          |
| Upprop:                 | Samtliga grenar, 15 min före starttid vid respektive startplats.                                                                                                                                                                                                                     |
| Uppvärmning:            | Kan ske på borte sidan av tävlingsbanan (dock ej då löpningar över 200m genomförs) samt på gräsytor runt arenan. Ej på innerplan m.h.t. kastgrenarna. Ta hänsyn till de tävlande!                                                                                                    |
| Löpgrenar:              | Om försök utgår, genomförs finalen på utsatt tid för försöket. Vid fler än 3 försöksheat går 1:an direkt vidare till nästa omgång, övriga på tid. Vid 3 eller färre försöksheat går 1:an och 2:an vidare, övriga på tid. Ingen final på lopp över 110m, där avgör tiden placeringen. |
| Nummerlapp:             | Hämtas i tävlingssekretariatet högst upp på läktaren. Nummerlapp skall användas av samtliga deltagare och behöver inte lämnas tillbaka.                                                                                                                                              |
| Tidsprogram:            | Tidsprogram kommer att publiceras på <a href="https://www.bodenfriidrott.se/laget.se">Boden Friidrott   laget.se</a> senast den 31 juli                                                                                                                                              |
| Tävlingsledare:         | Nils Pettersson                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Omklädningsrum/toalett: | Under läktaren.                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Servering:              | Hamburgare, varmkorv, kaffe/te, fikabröd, frukt m.m. finns till försäljning.                                                                                                                                                                                                         |
| Längdhopp och tresteg:  | PF 7-11 (hoppzon) har 4 hopp vardera.<br>Vid behov 3 + 3 i övriga klasser om fler än 8 deltagare.                                                                                                                                                                                    |
| Kastgrenar:             | PF 7-11 har 4 försök vardera.<br>Vid behov 3 + 3 i övriga klasser om fler än 8 deltagare.                                                                                                                                                                                            |
| Prisutdelning:          | Var observant på upprop till prisutdelningen som vi försöker genomföra så snart som möjligt efter avslutad gren.                                                                                                                                                                     |
| Tävlingsregler:         | Om ej annat meddelats gäller SFIF regler.                                                                                                                                                                                                                                            |
| Fotografering:          | Boden friidrott kommer att fotografera från tävlingen och förbehåller sig rätten att lägga upp dessa foton på vår egen hemsida och vår Facebook grupp. Om någon inte vill vara med på dessa foton måste personen själv eller målsman kontakta sekretariatet och registrera detta.    |



# Öppna DM Norra Norrland

## 2-3 augusti 2025



### Höjningsschema Höjdhop

|                |  |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |    |
|----------------|--|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|
| F9             |  | 76  | 81  | 86  | 91  | 95  | 99  | 103 | 107 | 111 | 114 | +3 |
| F11            |  | 86  | 91  | 96  | 101 | 105 | 109 | 113 | 117 | 121 | 124 | +3 |
| F13            |  | 96  | 101 | 106 | 111 | 116 | 121 | 125 | 129 | 133 | 136 | +3 |
| F15            |  | 111 | 116 | 121 | 126 | 131 | 135 | 139 | 143 | 147 | 150 | +3 |
| F17/F19/K22/KS |  | 121 | 126 | 131 | 136 | 141 | 145 | 149 | 152 | 155 | 158 | +3 |

|                |  |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |    |
|----------------|--|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|
| P9             |  | 76  | 81  | 86  | 91  | 95  | 99  | 103 | 107 | 111 | 114 | +3 |
| P11            |  | 86  | 91  | 96  | 101 | 105 | 109 | 113 | 117 | 121 | 124 | +3 |
| P13            |  | 96  | 101 | 106 | 111 | 116 | 121 | 125 | 129 | 133 | 136 | +3 |
| P15            |  | 116 | 121 | 126 | 131 | 136 | 141 | 145 | 149 | 153 | 157 | +3 |
| P17/P19/M22/MS |  | 141 | 146 | 151 | 156 | 161 | 165 | 169 | 173 | 176 | 179 | +3 |

### Höjningsschema Stavhopp

|                |  |     |     |
|----------------|--|-----|-----|
| F13            |  | 125 | +10 |
| F15            |  | 135 | +10 |
| F17/F19/K22/KS |  | 145 | +10 |
|                |  |     |     |
| P13            |  | 125 | +10 |
| P15            |  | 145 | +10 |
| P17/P19/M22/MS |  | 165 | +10 |