



Nyhetsbrev från Mittsvenska Friidrottsförbundet

Arena-DM genomfördes i början av augusti och vi vill rikta ett stort tack till alla er från olika föreningar i distriktet, som hjälptes åt med funktionärskapet och gjorde tävlingarna möjliga! Nu är sensommaren här med flera tävlingshelger, utbildningstillfällen och ny termin för många.

Tävling



Regionsmästerskap 13-14 åringar

Inför Regionsmästerskapen Svealand som är den högsta mästerskapsnivån för ungdomar 13-14 år (födda 2009– 2010), så ska nu det Mittsvenska laget tas ut. Tävlingen utser såväl individuella medaljörer som bästa distrikt, men viktigast av allt är friidrottsglädje och gemenskap! Uttagningen är öppen för alla 13-14 åringar tävlandes för en förening i Mittsvenska distriktet.

Max tolv aktiva från Mittsvenska tas ut i varje gren/klass. Enligt tävlingsreglerna får aktiva delta i max 4 grenar/person + stafett. Uttagningen baseras i första hand på resultat gjorda under utomhussäsongen 2023.

RM Svealand utomhus arrangeras av IFK Märsta 16-17 september. Läs mer om mästerskapen, uttagningen, inbjudan till tävlingen och hur ni sänder in er intresseanmälan. All information finns på sidan för Regionsmästerskapen 2023. **Vi behöver få intresseanmälan med resultat från er förening senast 28 augusti.**

Vi kommer behöva **ett stort antal ledare på plats** under tävlingshelgen och önskar därför få veta vilka ledare/tränare/föräldrar som är intresserade att åka med och stötta laget i Märsta.

[Läs mer på sidan för Regionsmästerskapen](#)



DM lång och kort terräng

Efter önskemål från några av er föreningar så samkörs i år DM i både korta och långa terrängen. Mästerskapen arrangeras av Löparklubben Roslagen i Rimbo 8 oktober, där tävlingsbanan håller hög kvalitet med breda spår i en kuperad men löpvänlig terräng. Vi hoppas på stort deltagande där många löpare från distriktet tar chansen och deltar på distriktsmästerskapen i terräng! Klasser från F/P 11 och äldre. (DM-status från F/P 13) Samt även en lagtävling, där ett lag består av tre löpare från samma förening.

[Läs inbjudan](#)

Distriktsdomarutbildning

Nu erbjuds en distriktsdomarutbildning som ger kursdeltagaren kunskaper om friidrottens tävlingsregler och bidrar till att föreningen kan erbjuda regelrätta och rättvisa främst barn- och ungdomstävlingar. Kursen består av fyra delar: allmän del, löpning, hopp och kast. Kursupplägget består av två digitala träffar samt praktik i Märsta under RM.

Teori sker digitalt 5 och 7 september kl 18:30-21:15 och praktik under RM i Märsta 16-17 september.

[Läs fullständig info och anmäl dig senast 1 september](#)

Träffar för ungdomar i distriktet

I höst arrangeras två träffar i Falun för distriktets ungdomar. Träffarna skapar möjlighet att lära känna, ha kul och träna tillsammans med andra friidrottare i Mittsvenska. Först ut är breddträff för 13-18 åringar den 7-8 oktober och därefter en träff i kast för aktiva 12-16 år den 21-22 oktober. Under den senare i kast genomförs även en kastutbildning för tränare.

[Läs mer och anmäl er](#)

Höstmöte med extra årsmöte

Mittsvenska friidrottsförbundet kommer att hålla ett höstmöte som även inkluderar extra årsmöte. Höstmötet hålls den 1 oktober – inbjudan kommer separat!

Önskar er alla en fin start på hösten!

KONTAKT

Ida Rydén

Föreningsansvarig

☎ 073-02 44 613

✉ ida.ryden@friidrott.se

💻 www.friidrott.se/mittsvenska

