

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 har följt resultatlistorna under säsongen och tillsammans med inskickade resultat från er förening/tränare kommer vi att ta ut ett mittsvenskt lag. Grundläggande är att de aktiva har tävlat under säsongen och att du som tränare skickar in deras resultat till oss. Det är även viktigt att de aktiva som önskar delta i uttagningen har vana av att tävla och att ta sig runt självständigt på en arena.

Uttagningen görs utifrån tävlingsresultat som finns i friidrottsstatistik.se inomhussäsongen 23/24, alltså endast sanktionerade tävlingar. Skulle det saknas resultat i någon gren från innevarande säsong, kan du ange äldre resultat men då är det **obligatoriskt att skriva en kommentar om när/var resultaten är gjorda, om det är med/utan plank, vikt på redskap etc.** Vi vill göra en så rättvis uttagning som möjligt!

Här nedan kan ni se vilka grenar som finns. Fundera på och diskutera med dina aktiva vilka grenar som de skulle kunna tänka sig att tävla i. Varje deltagare får delta i max tre grenar och stafett, men vi ser gärna att man fyller i resultat för alla grenar man kan tänka sig att tävla i. Vi behöver ha minst tre deltagare i alla grenar! Tänk på att alla inte kommer att kunna delta i sina favoritgrenar utan att vi behöver fördela grenar så att vi får ett så komplett lag som möjligt. Här är det laget framför jaget som är ledorden!

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 plank på längd och tresteg.

Fråga även dina aktiva om de skulle kunna tänka sig att delta i 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.

Vi behöver nu få in resultat från er förening senast den 21 februari. Fyll resultaten i respektive flik i bifogad statistikfil. Har era aktiva tävlat färdigt går det utmärkt att skicka in resultaten tidigare. Resultatfilerna skickas till Mittsvenska Friidrottsförbundet:

mittsvenskafif@gmail.com

Vi önskar även få namn och kontaktuppgifter till den/de i er förening som kan vara kontaktperson/-er för RM Svealand inomhus 2024. Uppgifterna skickas till Mittsvenska Friidrottsförbundet samt Annica Hjorth. Se mailadresser nedan.

Ledare

Vi kommer behöva ett stort antal ledare på plats under tävlingshelgen och önskar därför få veta vilka ledare som är intresserade att åka med och hjälpa till i Södertäljehallen.

Utöver Lagledare behöver vi:

- Gruppledare (1-2/grupp) - ansvarar för och följer en åldersgrupp av aktiva (F13, P13, F14 eller P14). Håller koll på vilka grenar de aktiva tävlar i, ser till att de värmer upp, äter när de har paus i schemat osv. Man behöver inte vara tränare för denna roll.
- Grenansvariga – ledare som stöttar de aktiva på respektive gren. De som är grenansvariga coachar alla Mittsvenska deltagare på den grenen. Man stämmer av om den aktiva vill ha coaching eller inte, om man ska titta på något specifikt osv.

Uppskattat behov av grenansvariga:

- | | |
|---------------------|---------------|
| ○ 2-3 Sprint/häck | ○ 2 Höjd |
| ○ 1 Medeldistans | ○ 2 Stav |
| ○ 2-3 Längd/tresteg | ○ 2 kula/vikt |

Vi vet att det finns många duktiga ledare ute i det mittsvenska distriktet!

Om du är intresserad av någon av rollerna ovan, eller vet någon annan i er förening som skulle passa, skicka in en intresseanmälan till oss och ange vilken/vilka grenar ni kan tänka er att ansvara för eller om ni önskar vara gruppledare för en åldersgrupp.

Maila intresse till Mittsvenska FIF senast **21 februari**. mittsvenskafif@gmail.com och annica_hjorth@hotmail.com.

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

Paket 1 – 600kr

Boende en natt 16-17/3 i klassrum

Mat: Lördag – lunch, middag. Söndag – frukost, lunch

Paket 2- 825 kr

Boende två nätter 15-17/3 i klassrum

Mat: Lördag – frukost, lunch, middag. Söndag – frukost, lunch

Paket 3 – 300 kr

Mat: Lördag – lunch, middag. Söndag – lunch

Varje förening kommer att vidarefaktureras för tävlingsavgifter, kost och logi. Stäm av med er förening vad föreningen står för och vad de aktiva eventuellt ska stå för. Om vi får ytterligare information från arrangören eller information om ev. stöd från SFIF återkommer vi med mer detaljer.

Hoppas att du som ledare är intresserad av att stötta och kämpa för det Mittsvenska laget och uppleva en rolig friidrottshelg i Södertäljehallen i Södertälje tillsammans med oss!

Vänliga hälsningar,

Lagledarna Mittsvenska laget

Kontakt: mittsvenskafif@gmail.com och annica_hjorth@hotmail.com.