

## REGIONSMASTERSKAPEN SVEALAND

### Information till 13–14 åringar i Södra Svealands Friidrottsdistrikt

**Plats:** Midgårdsvallen, Märsta

**När:** 16–17 september 2023. Tävlingsstart klockan 12.00 på lördagen och slutar ca 16.00 på söndagen.

#### Om Regionsmästerskapen

Regionsmästerskapen är den högsta mästerskapsnivån i Sverige för ungdomar 13 - 14 år (födda 2009–2010). I tävlingen utses såväl individuella medaljörer som bästa distrikt. Deltagare tävlar för sina föreningar och samlar poäng till distriktetslaget. Tävlingen är åldersbunden.

Mer info om Regionsmästerskapen och tävlingsreglerna finns att läsa [här](#), samt på [arrangörens hemsida](#) där även tidsprogram och PM kommer publiceras innan tävlingen.

#### Dagsprogram

Lördag 16 september

Flickor 14 (2009) 80m, 800m, 300mh, 2000m, stav, tresteg, slägga, spjut

Pojkar 14 (2009) 80m, 800m, 300mh, 2000m, stav, tresteg, slägga, spjut

Flickor 13 (2010) 60m, 600m, 200mh, höjd, längd, slägga, spjut

Pojkar 13 (2010) 60m, 600m, 200mh, höjd, längd, slägga, spjut

Söndag 17 september

Flickor 14 (2009) 300m, 1500mhi, 80mh, höjd, längd, kula, diskus

Pojkar 14 (2009) 300m, 1500mhi, 80mh, höjd, längd, kula, diskus

Flickor 13 (2010) 200m, 1500m, 60mh, stav, tresteg, kula, diskus

Pojkar 13 (2010) 200m, 1500m, 60mh, stav, tresteg, kula, diskus

Stafetter går på söndagen, P/F13 5x60m samt P/F14 4x80m. Max 2 lag per distrikt.

#### Information om laget och uttagning

Max tolv aktiva från Södra Svealand tas ut i varje gren. Enligt tävlingsreglerna får aktiva delta i max 4 grenar/person + stafett. Uttagningen baseras i första hand på resultat gjorda under utomhussäsongen 2023. Vi utgår från den statistik som finns i Svensk Friidrotts resultat- och statistiksystem.

Är man Topp 12 inom Södra Svealand friidrottsdistrikt är man garanterad att få delta i den grenen, förutsatt att man väljer den grenen i första hand i intresseanmälan och innan sista datum för intresseanmälan. Förturen gäller endast till max två grenar inomhus samt tre grenar utomhus.

För att bli uttagen skall man ha tävlat i aktuell gren under säsongen. I de fall det inte finns tillräckligt många som är intresserade av att delta i en gren kan även de som inte tävlat i grenen under säsongen få delta.

Två stafettlag kommer tas ut, vilket görs på plats i Märsta på lördagens kväll.

Anmälan görs av Södra Svealands Friidrottsförbund.

### **Transport, boende och mat**

Gemensam buss kommer erbjudas för deltagare i Södra Svealandslaget, med reservation för att alla inte kommer kunna stiga på bussen i sin hemstad utan eventuellt kommer behöva ta sig en bit till en upphämtningsplats.

Det kommer vara gemensamt boende fredag – söndag i skola i nära anslutning till tävlingsarenan. Egen luftmadrass och sovsäck/täcke behöver tas med. Frukost och lunch kommer ingå. Mer info om transport, boende och mat kommer ges längre fram när arrangörsföreningen presenterat aktuella mat- och boendepaket.

### **Kostnad**

Kostnad kommer kompletteras med när mer information finns.

Boendekostnaden faktureras respektive förening av Södra Svealands friidrottsförbund i efterhand.

### **Möjlighet att söka subvention för föreningar**

Efter Regionsmästerskapen har varje förening själv möjlighet att ansöka om bidrag för kostnader för deltagande kopplat till Regionsmästerskapen. Kostnader som är sökbara för Regionsmästerskapen utomhus 2023 är måltider och boende.

Det som är extra viktigt i år är att föreningar ansöker absolut senast 15 oktober för sina kost- och logikostnader. Därefter stänger Riksidrottsförbundet vår möjlighet för att godkänna utbetalningar för aktiviteter under 2023. Föreningar som inkommer med ansökningar senare än detta kommer tyvärr inte kunna beviljas. Läs mer om ersättning för utlägg i samband med Regionsmästerskapen 2023 [här](#).

### **Fotografering och sociala medier**

I samband med Regionsmästerskapen vill Södra Svealands Friidrottsförbund synliggöra ungdomarnas friidrottande genom våra sociala medier. Foto/film kan bland annat publiceras på vår hemsida, Facebook, nyhetsbrev eller Instagram. I samband med intresseanmälan godkänner du att du får/vill vara med på foto och/eller film. Hör av dig till [madde.olsson@friidrott.se](mailto:madde.olsson@friidrott.se) om du inte vill var med på foto/film.

### **Huvudledare och hjälpledare**

Vi kommer ha fyra huvudledare för Södra Svealandslaget. Dessa ledare är huvudansvariga för distriktslagets alla deltagare och hjälpledare innan och under regionsmästerskapen.

Du kommer känna igen dessa ledare då de har blå tröjor märkta med Södra Svealandsloggan samt texten huvudledare. Huvudledare är Madde Olsson (IF Göta), Matilda Åkerlund (Västerås) och Andreas Daun (Katrineholm). Vi kommer dessutom ha en huvudledare från Närke med oss. Vem det är

återkommer vi med. Det innebär att det finns en huvudledare representerad från varje län (Värmland, Närke, Västermanland, Södermanland).

Utöver huvudledare kommer vi ha 12st hjälpledare. Dessa kommer ha en grå hoodie på sig som det står ledare på ryggen. Under resan och tävlingshelgen kommer de hjälpa och stötta huvudlederna med det som kan behövas. Hjälpledarnas viktigaste uppdrag är att finnas där och hjälpa Södra Svealands ungdomar på bästa sätt, både på och utanför tävlingsbanan.

### **Intresseanmälan**

Intresseanmälan ska skickas in [här](#) senast 20 augusti.  
Laguppställning meddelas 27 augusti.

### **Kontaktuppgifter till huvudledare**

Madde Olsson

Telefon: 076-311 80 20

Mail: [madde.olsson@friidrott.se](mailto:madde.olsson@friidrott.se)

Matilda Åkerlund

Telefon: 070-3937777

Mail: [matildasjostrand@hotmail.com](mailto:matildasjostrand@hotmail.com)

Andreas Daun

Telefon: 0708433899

Mail: [daun.andreas@gmail.com](mailto:daun.andreas@gmail.com)

Hör av er om ni har frågor!

Friidrottshälsningar

Madde Olsson

Föreningsansvarig

Södra Svealands Friidrottsförbund

SVENSK FRIIDROTT



-----  
tel: 076-311 80 20

e-post: [madde.olsson@friidrott.se](mailto:madde.olsson@friidrott.se)

webb: <http://www.friidrott.se/sodrasvealand>

instagram: [sodrasvealand.friidrott](https://www.instagram.com/sodrasvealand.friidrott)