

Lag-UDM 2025



14-17 års-lag har en match ihop med 13 åringarnas final.

13 års-lag har två matcher där den första är uppdelad i norra & södra delen av distriktet.

11 års-lag har två matcher på hemmaplan, kallas "Friidrottscupen" och beskrivs i ett annat dokument.

DATUM O ARRANGÖRER

Match 1 (13 år)

Södra **Arrangör sökes** i Jönköpings/Östergötlands län, lör/sön helst under maj, annars juni.

Norra **Arrangör sökes** i Kalmar län/Kronoberg/Blekinge, lör/sön helst under maj, annars juni.

Final (13+17) Lör 6 sep Ljungby FIK, Mia Jansson, 070-566 35 06, mia.jansson@stralfors.com

KLASSER & GRENAR

Mix 14-17 år

Final: 100m, 800m, 2000m, 3/400H, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut, Mix 4x100m
Varje aktiv tävlar med "sina" häckhöjder och redskapsvikter enligt P17, F17, P15, F15.

P13 och F13

Match 1: 200m, 600m, 60m häck, höjd, längd, diskus, slägga, stafett 5 x 60m

Final: 60m, 1500m, 200m häck, stav, tresteg, kula, spjut, stafett 5 x 60m

REGLER

- Lagets sammansättning:** Ett lag ska bestå av minst tre deltagare.
Varje lag ställer upp med en deltagare per gren (oavsett kön i 14-17 år).
Mix-stafetten 14-17 år dock max två pojkar.
Varje deltagare har rätt delta i:
13 år = två grenar plus stafett
14-17 år = tre grenar plus stafett
Gemensamt lag från två föreningar är tillåtet om föreningarna har svårt att få ihop ett eget.
- Antal försök:** Fyra försök i längd, tresteg och i alla kast. Gäller både match 1 och final.
- Byte av lag och/eller klass:** Tillåts mellan match 1 och finalen.
Deltagare får inte delta i två olika klasser vid samma tillfälle.
- Grenplacering i 14-17 år:** Varje individuellt resultat i P17, F17, P15, F15 ger poäng enligt Tyrvingtabellen från 2014, dessa Tyrving-poäng avgör individuell placering i grenen. I mix-stafetten ges placering & placeringspoäng direkt (utan Tyrving). (Tyrvingtabellen är en norsk mångkampstabell ([ladda ner](#)) och är integrerad i EasyRecord som LFIK använder 7 sep)

Förtydligande 13 vs 17 år

P/F13 år: resultat -----> placering --> placeringspoäng

Mix17 år: resultat --> tyrvingpoäng --> placering --> placeringspoäng

Poängberäkning:

(Lagets placeringspoäng
i respektive gren)

Enligt nedanstående beroende på antal startande lag matchdagen:

2 lag: 1an får 8p, 2an får 4p | **3 lag:** 8-6-4p | **4 lag:** 9-7-5-3p

5 lag: 10-8-6-4-2p | **6 lag:** 10-8-7-5-4-2p | **7-8 lag:** 10-9-8-7-5-4-2-(1p)

9-10 lag: 11-10-9-7-6-5-4-3-2-(1p)

11-13 lag: 12-11-10-9-8-6-5-4-3-2-1-(1-1p)

+14 lag: 13-12-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1-1-(1-1p)

Ovan ger ca: 6p/lag/gren i genomsnitt *även* vid olika antal lag, så att match 1 norra/södra och finalen väger ungefär lika tungt.

Poängen summeras i match 1 och följer sen med laget till finalen.

Skulle två lag stanna på samma poäng i finalen, avgör antal grensegrar, därefter placering i avslutande stafetten.

ANMÄLAN m.m.**Anmälan:**

Till markus.ostsvenska@friidrott.se

Senast 4 maj för P/F13 och senast 24 aug för Mix 14-17 år.

Laguppställning:

Lämnas till arrangören senast två dagar innan match.

Tidsprogram & PM:

Sammanställs av arrangör och skickas till anmälda lag och ÖFIF senast en vecka innan match, gärna tidigare.

Anmälningsavgift:

P/F13 = 600 kr/lag, Mix 14-17 år = 400 kr/lag. ÖFIF skickar faktura.

Strykningsavgift:

Ytterligare 300 kr/lag för anmält lag som ej kommer till start.

Arrangörsbidrag:

300-400 kr/lag, ÖFIF tar in avgifterna och förmedlar vidare till resp. arr.

Priser:

DM-medaljer (guld-silver-brons) till alla aktiva som deltagit i de lag som kommit 1a-2a-3a. Östsvenska levererar och står för kostnaden.