

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

	Sid		Sid
Adresser till föreningarna	16	Lokalradion	40
Adresser till förbund	7	Ombud till SFIF och SM. IF	4
Anmälningavgifter DM	44	Redskapsvikter	59
DM-tävlingar, PM m.m.	43	Resultatlistor, regler	41
DM-tävlingar, klasser, grenar	46	Sanktionsregler	42
DM/UDM för klubblag	51	Smålandsrekord	64
Folksam GP	56	Starters	15
Förbundsbanmätare	15	Storgrabb/tjej-märket	60
Förbundsdomare	14	Styrelsen, revisorer	3
Friddrottscentrum (FC) Växjö	8	Svenska friidrottscupen	57
Föreningsförteckningar	16	Tränare inom Småland	12
Förtjänstutmärkelser	38	Tävlingsprogrammet	27
Götalandscupen	56	Utbildningsprogram	11
Häckregler	58	Vandringspriser	35
Klubblagsbestämmelser vid DM	53	Veterancupen	34
Kommittéer	9	Ungdomsmärket i friidrott	62



2004

Smålands Friidrottsförbund

Box 4026, 561 04 HUSKVARNA

Tidning Friidrott/Småland

Ansvarig utgivare:

Redigering:

Layout:

Tryckning:

Sven-Bertil Ritheim

Herbert Jobäcker

Lotta Jobäcker

Direkta Kontorsservice, Jkpg

Bottnaryds Kastet

3-4 juli 2004

Kula-Diskus-Slägga-Spjut

Internationell Elittävling

För inbjudan och information kontakta
Bottnaryds IF Kansli, Tel. 036-206 77, Fax 036-206 77.

Projektledare:

Sven Bertil Ritheim, tel. 036-202 39, mobil: 0702-819 121
email: ritheim@swipnet.se

Tävlingsansvarig:

Greger Melin, tel. 036-206 61, mobil, 0708-44 29 82
(se även kansli)

Kansliansvarig:

Göran Holst, tel. 036-205 32, email: goranholst@swipnet.se

Klubbadress:

Bottnaryds IF, Box 2, 560 25 BOTTNARYD

Klubbens hemsida:

home.swipnet.se/BIF-Friidrott

Smålands Friidrottsförbund

Adress: Box 4026, 561 04 HUSKVARNA
 Postgiro: 16 84 61-2
 Telefon/Fax: 036/502 35, mobil 070/224 44 25
 E-post: smfif@algonet.se
 Hemsida: www.smfif.nu
 Kanslist o AU: Herbert Jobäcker
 Hemsida ansv.: Stefan Carlsson, tel/fax 036/12 96 59,
 epost: smfif.stefan@swipnet.se
 Org.nr. 22600-8985

STYRELSEN**Tel/fax/e-post**

Ordförande o AU	Sven-Bertil Ritheim Pellarp svägen 5, 560 25 BOTTNARYD	Tel/fax 036/202 39, 0702/81 91 21 ritheim@swipnet.se
Vise ordf Kassör o AU	Hans Fagher Box 348, 331 23 VÄRNAMO	Tel/fax 0370/134 80 b, 282 02 fritidsb. 070/677 60 08, hfab@telia.com
Utbild.ansv. o AU	Arne Olsson Grenvägen 1, 360 51 HOVMANTORP	Tel/fax 0478/406 72 b kl. 09.00-21.00
Tävl. ansv. AU	Carl-Gustaf Nilsson Vädursvägen 2, 39351 KALMAR	Tel 0480/285 39, fax 124 13, 070/444 31 02 nilsson.calle@telia.com
Ungd. ansv. o prot. sekr	Henrik Björkholm Drottning Kristinas väg 6B, 392 38 KALMAR	Tel. 0480/49 12 16, 070/395 66 70 henrik_bjorkholm@hotmail.com
Övriga	Zanne Bogeman Borrebo, 560 25 BOTTNARYD	Tel 036/203 03, 0739/69 23 75
	Jan Svensson Häradsvägen 6, 561 43 HUSKVARNA	Tel. 036/14 83 08 b, 34 19 22 a, 070/633 31 77 jan.svensson@swedianet.com
Hedersled.	Margareta Holm Sågfilarsvägen 5, 562 40 TABERG	Tel. 036/651 74 b
	Gösta Eklöf Terrasen 11, 561 41 HUSKVARNA	Tel. 036/13 05 61 b
	Herbert Jobäcker Dalgatan 2D, 561 46 HUSKVARNA	Tel/fax 036/502 35 b, 070/224 44 25 smfif@algonet.se
	Ove Davidsson Svensgårdsvägen 25, 342 34 ALVESTA	Tel. 0472/122 46
	Tommy Ursby Trärdvägen 5, 352 53 VÄXJÖ	Tel. 0470/836 74

Revisor	Anders Öhling	0380/174 06 b
	Sjögårdsgatan 55, 571 36 NÄSSJÖ	
Rev.Supple.	Mats Svensson	0472/125 49
	Ekelundsvägen 8, 342 35 ALVESTA	
DF-revisor	Dag Thulin	036/16 81 54, 0705/53 05 50
	Russvägen 3, 554 47 JÖNKÖPING	

Valberedning

Ordförande	Thomas Borglin , Storgatsbacken 4, 331 30 VÄRNAMO tel/fax. 0370/192 91, 070/594 60 65, tel/fax 0370/69 08 63
Övriga	Ingrid Bjelm , Hagens väg 26, 556 26 JÖNKÖPING Tel/fax 036/757 81
	Tommy Ursby , Trädvägen 5, 352 53 VÄXJÖ Tel. 0470/836 74

OMBUD gentemot Svenska Friidrottsförbundet (SF)

Tävl. ombud (TO)	Carl-Gustaf Nilsson , Vädurvägen 2, 393 51 KALMAR tel. 0480/285 39, fax. 124 13, nilsson.calle@telia.com
Statistikombud (SO)	Kettie Gustavsson , Ö. infarten 2, 360 53 SKRUV Tel/fax 0478/202 51, 070/670 24 35, kettie.gustavsson@swipnet.se
Utbildn.ansv. (UA)	Arne Olsson , Grenvägen 1, 360 51 HOVMANTORP Tel/fax 0478/406 72 kl. 09.00-21.00
Ungdomsombud (UO)	Henrik Björkholm , Drottning Kristinas väg 6B, 392 38 KALMAR. Tel. 0480/49 12 16, 070/395 66 70, henrik_bjorkholm@hotmail.com
Veteranombud (VA)	Annlis Hellsten , Homhällevägen 20, 572 40 OSKARS- HAMN Tel/fax 0491/839 47, 070/390 07 46

OMBUD gentemot Smålands Idrottsförbund (DF)

Utbildningsled	Arne Olsson , Grenvägen 1, 360 51 HOVMANTORP Tel/fax 0478/406 72 kl. 09.00-21.00
Ungdomsled.	Henrik Björkholm , Drottning Kristinas väg 6B, 392 38 KALMAR. Tel. 0480/49 12 16, 070/395 66 70, henrik_bjorkholm@hotmail.com
Barnidrottsansv.	Jan Svensson , Häradsvägen 6, 561 43 HUSKVARNA 036/14 83 08 b, 34 19 22 a, 070/633 31 77, jan.svensson@swedianet.com

SMÅLANDS REPRESENTANTER i Svenska Friidrottsförbundet

Följande i distriktet bosatta personer har funktioner i vårt huvudförbund SFIF.

Fredrik Ahlström, Skogsgatan 24, 352 35 VÄXJÖ Tel 0470/203 85 a, 25679 b,
070/650 23 94, fredrik_ahlstrom@hotmail.com

(FC Växjö och grengruppsansv. (GUA) SFIF Mångkamp)

Jan Bengtson Gamla Vägen 29, 352 40 VÄXJÖ Tel 0470/403 54b, 391 72a,
jan.bengtson@swipnet.se **(Projekt. Friidrottsgymn. Växjö och FC, Växjö)**

Cai Bolö Fatbursvägen 2, 352 62 VÄXJÖ, Tel. 0470/646 99b, 391 69a,
cai.bolo@swipnet.se **(Idrottsl. Friidrottsgymn. Växjö)**

Per Falkman Myntgatan 3, 331 23 VÄRNAMO, Tel. 0370/491 93b, 0371/191 00a,
070/601 91 93 **(Förbundsstarters)**

Jonas Mellblom Södrabogränd 1, 352 51 VÄXJÖ Tel. 0470/72 95 18B, 161 16a
(Idrottsl. Friidrottsgymn. Växjö)

Mats Olsson, Syrérvägen 11, 352 50 VÄXJÖ Tel 0470/66955b, 070/331 24 55
(Förbundsstarters)

OSKARSHAMNS SK

INBJUDER TILL

2004 ÅRS TÄVLINGAR

13 juni	Dm 10.000 m	IP
7 juli	Personliga Rekordens kväll	IP
23 juli	Hamninloppet	Brädholmen
21 aug	Oskarshamnsspelen	IP

Kansli

Tel: 0491-76 88 79, Fax: 0491/835 14

Hemsida: www.oskarnet.net/osk

SUNNERBOKKLASSIKERN 2004



Sunnebokklassikern instiftades 1996 och har under fem år breddat löpar och motionsintresset. Kraven för att bli klassiker är dock oförändrade. Sålunda krävs att fyra lopp fullföljs. För ungdomar, 16 år och yngre, räcker det med tre lopp.

- 1) Lö 27/3 Annelundsrundan, Ljungby
- 2) Må 12/4 Hallarydsloppet, Hallaryd
- 3) Lö 8/5 England Runt, Markaryd
- 4) Sö 1/8 Agundaloppet, Agunnaryd
- 5) Lö 21/8 Festivalloppet, Strömsnäsbruk
- 6) Sö 19/9 Sunnerboloppet, Ljungby

KONTAKTPERSONER:

Lopp 1 och 6: Gösta Johansson 0372-86299, 070-3776803

Lopp 2: Gunnar Bladh, 0479-72111

Lopp 3: Jan-Åke Kristiansson, 0433-16496

Lopp 4: Anders Aronsson, 0372-610 32

Lopp 5: Jan-Willy Evaldsson, 0433-64003

KORT OM LOPPEN:

Annelundsrundan: Banan är 5 km och går på belagda vägar samt gång- och cykelbanor. Start och mål 600 m från Sunnebohallen. Plaket till alla.

Hallarydsloppet: Banor på 21, 11,8 och 6 km som huvudsakligen går på grusvägar. Ungdomsklasser från 10-16 år och banlängder på 3,2 resp. 1,2 km.

England Runt: Start och mål i Markaryds centrum. De längre banorna går i naturskön terräng runt Jetesjön (med ön England). Ungdomsbanor och tre åldersklasser. Unik medalj till alla.

Agundaloppet: Milbanan drar fram på landsbygden på mindre vägar. Korta banan i Agunnaryd och ungdomsbanan runt Ekvallen där start och mål är beläget. Medaljer eller plaketter till alla.

Festivalloppet: Ett lopp över 4,8 km med måttlig kupering. Ungdomsbanan är 1,5 km. Varierande underlag. Start och mål bekom Folkets Hus. Specialguten medalj till alla.

Sunnerboloppet: Banlängder i trevlig terräng och klasser för alla. Start och mål vid Sunnebohallen. Plaket till alla och prestationsmedalj till snabblopere.



LJUNGBY FRIIDROT T

SMÅLÄNNINGEN

ADRESSER OCH TELEFONNUMMER TILL AKTUELLA FÖRBUND ETC.

SVERIGES RIKSIDROTTSFÖRBUND (RF)

Storforsplan 44, Idrottens Hus, 123 87 FARSTA tel. 08/605 60 00, fax 08/605 62 00

SMÅLANDS IDROTTSFÖRBUND (DF) med SISU Idrottsutbildarna Småland

Kansli: S.t. Göransvägen 31, Postadress: Box 485, 551 16 Jönköping. Tel: 036-34 54 00 (vx). Fax: 036-34 54 19, 34 54 42 BingoLotto.

Exp.tid: månd-fred 9.00-16.00, lunch 12-13.

E-post: smif@smalandsidrotten.f.se. Hemsida: www.smalandsidrotten.f.se

BG: 496-7527. PG: 9 84 59-1.

Distriktssportchef och utbildningschef: Christina Ericsson, Tel. 036-34 54 05, christina.ericsson@smalandsidrotten.f.se

SVENSKA FRIIDROTTSFÖRBUNDET (SF)

Box 11, 171 18 SOLNA, Besöksadress: Smidesvägen 8, Solna

Tel 08/587 721 00 vx, Fax 08/587 721 88, E-mail: info@friidrott.se.

Hemsida: www.friidrott.se PG 27 25-0. BG 332-1387

Exp.tid. må-fre 8.30-17.00, lunch 11.30-12.30, sommartid 08.30-16.30 (juni-aug)

Generalsek: Lotta Borgh: 08/587 721 12, 070/330 21 12, lotta.borgh@friidrott.se

Marknad: Anders Faager, 08/587 721 11, 070/729 37 40 anders.faager@friidrott.se

Tävling- och evenemang: Anders Olsson, 08/587 721 42, 070/111 00 00, anders.olsson@friidrott.se

Ekonomi: Susanne Möllberg, 08/587 721 15, Susanne.mollberg@friidrott.se och

GS-stuport. o förlag: Elisabeth Sandström, 08/587 721 21, 070/609 21 21, elisabeth.sandstrom@friidrott.se

Hemsida och statistik- och regelansv.: A Lennart Julin, 08/30 13 33b, fax. 08/32 77 30 lennart.julin@friidrott.se

Förbundskapten: Ulf Karlsson, 08/587 721 41, 070/674 64 55, ulf.karlsson@friidrott.se

Trän/utbild: Anders Rydén, 08/587 721 43, 070/317 18 54, anders.ryden@friidrott.se

Utveckling: Rolf Asplund, 08/587 721 44, 070/628 24 46, rolf.asplund@friidrott.se

SMÅLANDS IDROTTHISTORISKA SÄLLSKAP

Kansli: Gösta Lander, G.M. Agrellsväg 20, 553 11 JÖNKÖPING.

Tel. 036/12 09 09, fax: 35 19 02, 070/461 00 58, gosta.lander@telia.com

GÖTALANDSREGIONEN I FRIIDROTT

C/o Karl-Gustav Holmgren, Möllevägen 26, 243 36 HÖÖR,

Tel/fax 0413/227 45, 070/550 31 79. PG 33 04 92-0

Ordf. och Sven Olof Wernersson, Sätthagen 2, Väjern,

Utbildn. ansv. 456 00 KUNGSHAMN, tel/fax 0523/304 41

Kassör **Ove Davidsson**, Svengårdsväg 25, 342 34 ALVESTA
Tel 0472/122 46

SMÅLANDS FRIIDROTTSGYMNASIUM (FIG)

Box 3007, 350 33 VÄXJÖ, tel. 0470/391 72, fax 0470/103 56

Projektlidare **Jan Bengtson** Gamla vägen 29, 352 40 VÄXJÖ
tel. 0470/391 72 a, 0470/403 54 b, 070/493 31 31,
jan.bengtson@swipnet.se

Figtränare **Cai Bolö** Fatbursvägen 2, 352 62 VÄXJÖ,
Tel 0470/391 69 a, 0470/646 99 b, 070/399 12 54,
cai.bolo@swipnet.se

Jonas Mellblom Södrabogränd 1, 352 51 VÄXJÖ
Tel. 0470/72 95 18B, 161 16a

FRIIDROTTSUNIVERSITETET I VÄXJÖ

(Start hösten 2003)

För information om idrottsdelen kontakta projektledare:

Jan Bengtsson 0470-391 72, 070/493 31 31, jan.bengtson@swipnet.se

För information beträffande studiefrågor kontakta studievägledaren:

Per-Olof Nordmark 0470/70 85 48, per-olof.nordmark@adm.vxu.se

FRIIDROTTSCENTRUM (FC) VÄXJÖ

Box 3007, 350 33 VÄXJÖ

Kansli **Fredrik Ahlström** Skogsgatan 24, 352 35 VÄXJÖ,
tel. 0470/203 85 a, 0470/256 79 b, 070/650 23 94,
fredrik_ahlstrom@hotmail.com

LEDNINGSGRUPP

Ordförande **Jan Bengtson** Gamla vägen 29, 352 40 VÄXJÖ
tel. 0470/391 72 a, 0470/403 54 b, 070/493 31 31,
jan.bengtson@swipnet.se

Blekinge FIF **Hans Rolander**, Hunnemarav. 37, 374 30 KARLSHAMN,
tel. 0454-162 90b

FIG Växjö **Cai Bolö** Fatbursvägen 2, 352 62 VÄXJÖ,
Tel 0470/391 69 a, 0470/646 99 b, 070/399 12 54,
cai.bolo@swipnet.se

Smålands FIF **Sven-Bertil Ritheim**, Pellarpsv. 5, 560 25 BOTTNARYD.
tel./fax: 036/202 39, 0702/81 91 21, ritheim@swipnet.se

Hans Fagher Box 348, 331 23 VÄRNAMO,
Tel/fax 0370/134 80b, mobil 070/677 60 08, hfab@swipnet.se

Arne Olsson Grenvägen 1, 360 51 HOVMANTORP,
Tel/fax 0478/406 72 b kl. 09.00-21.00

- IFK Växjö** **Magnus Braun** Blidensväg 16, 352 55 VÄXJÖ,
Tel. 0470/76 86 95b, 0470/16116a, 0702/520 81 04,
magnus@ifkvaxjo.g.se
- KA 2 IF** **Ulrika Andersson** Gamla skeppsbrogatan 10B, 7 tr,
371 33 KARLSKRONA, tel. 0455/181 04, 070/320 81 04,
ika.andersson@telia.com

ARBETSKOMMITTÉER FÖR VERKSAMHETSÅRET 2004

TÄVLINGSKOMMITTÉ

- Ordf** **Carl-Gustaf Nilsson**, Vädurvägen 2, 393 51 KALMAR
tel. 0480/285 39, fax. 124 13, nilsson.calle@telia.com
- Ansv. lag-DM** **Rolf-Inge Torstensson** 0381/420 52
Svallarp, pl 5339, 575 93 EKSJÖ 070/660 53 90
- Ansv. lag-UDM** **Jan Rudolfsson** 0381/411 36b, 18379a,
Trossarp, 575 95 EKSJÖ 070/483 73 58
- Ansv. veteraner** **AnnLis Hellsten** Tel/fax: 0491/839 47,
Homhällevägen 20, 572 40 OSKARSHAMN 070/390 07 46
- Medaljombud** **Ove Davidsson** 0472/122 46
Svensgårdsvägen 25, 342 34 ALVESTA
- Ansv. ungdom** **Christer Persson**, 0485/56 52 75
Rälla Tall, 2549, 587 92 BORGHOLM

STATISTIKKOMMITTÉ

- Ordf** **Kettie Gustavsson** Tel/fax: 0478/202 51, 070/670 24 35
Ö. Infarten 2, 360 53 SKRUV kettie.gustavsson@swipnet.se
- Övriga** **Stefan Carlsson** Tel/fax: 036/12 96 59, 070/388 55 28
Torggränd 1, 4 tr, 553 20 JÖNKÖPING
stefan.carlsson@mbox346.swipnet.se el smiff.stefan@swipnet.se
- Bo Björkholm** Skorstensvägen 112, Tel: 0480/47 46 27
393 63 KALMAR kalmarbo@telia.se
- Allan Henriksson** Tel/fax 036/810 18, 070/694 29 13
Svartorp, 560 28 LEKERYD allan.henriksson@swipnet.se
- Göran Granberg**, Tel/fax: 0380/914 11, 0380/910 45 (b)
Svalövägen 7B, 571 73 STENSJÖN goran.graberg@stensjon.org
eller goran.graberg@citynet.nassjo.se

UNGDOMSKOMMITTÉ

Ordf **Henrik Björkholm,** Tel. 0480/49 12 16, 070/395 66 70,
Drottning Kristinas väg 6B, 392 38 KALMAR.
henrik_bjorkholm@hotmail.com

Övriga **Jan Svensson** Tel. 036/14 83 08b, 036/34 19 22a,
Häradsvägen 6, 561 43 HUSKVARNA 070/633 31 77,
jan.svensson@swedianet.com

Christer Persson, Tel. 0485/56 52 75
Rälla Tall 2549, 587 92 BORGHOLM

UTBILDNINGS- OCH TRÄNINGSKOMMITTÉ

Ordf **Arne Olsson** Tel/fax. 0478/406 72 kl. 09.00-21.00
Grenvägen 1, 360 51 HOVMANTORP

Övrig:
SDF-läkare **Joel Svensson** 031/82 46 10, joelsvensson@hotmail.com
Köpmannagatan 21, 572 30 OSKARSHAMN

ANLÄGGNINGSKOMMITTÉ

Ordf. **Hans Fagher** Tel/fax 0370/134 80
Box 348, 331 23 VÄRNAMO 070/677 60 08

Övrig **Kjell Ahnstedt** 0370/156 08b, 158 68b.
Malmstensgat. 1, 331 40 VÄRNAMO 070/521 58 60

FINANSKOMMITTÉ

Ordförande **Sven-Bertil Ritheim** Tel/fax 036/202 39, 0702/81 91 21
Pellarp svägen 5, 560 25 BOTTNARYD ritheim@swipnet.se

Övrig **Hans Fagher** Tel/fax 0370/134 80
Box 348, 331 23 VÄRNAMO 070/677 60 08

Angående utbildning:

Smål FIF:s utbildningsledare **Arne Olsson**, Grenvägen 1, 360 51 Hovmantorp.
Tel/fax 0478/406 72 kl 09.00-21.00
FC Växjö **Fredrik Ahlström**, Skogsgatan 6B, 352 35 Växjö.
Tel. 0470/203 85 a, 256 79 b, fax 103 56. fredrik_ahlstrom@hotmail.com

VETERANKOMMITTÉ

Ordf.	AnnLis Hellsten Homhällevägen 20, 572 40 OSKARSHAMN	0491/839 47, 070/390 07 46
Övriga	Ronny Krönvall Svartkråkevägen 15, 331 42 VÄRNAMO hemsida: www.kronvall.org	0370/163 98, 070/647 09 21
	Göran Graberg Svalöv. 7B, 571 73 STENSJÖN	0380/914 11
	Eskil Ljunggren Maramö, Södragård, 331 92 VÄRNAMO	0370/291 92
	Ingvar Lundberg Markelund 10, 391 00 ANDERSTORP	0370/82117
	Sveneric Martinsson Örngatan 2, 561 33 HUSKVARNA	036/13 88 50

INSTRUKTION OCH UTBILDNING

Nedanstående vill vara till hjälp, när ni planerar er förenings deltagande i utbildningen. Ni vet då datum på förhand och har att invänta mer detaljerad inbjudan.

10 feb	Träningsdag 13-14 år	Jönköping
16-feb	Träningsdag 13-14 år	Kalmar
17-feb	Träningsdag 13-14 år	Växjö
6-mar	Träningsdag 13-14 år	Karlskrona
20-21 mars	Ungdomstränarutbildning 14-17 år, del 2, sprint/häck	Växjö
20-21 mars	Ungdomstränarutbildning 14-17 år, del 2, medel/lång	Växjö
20-21 mars	Ungdomstränarutbildning 14-17 år, del 2, hopp	Växjö
20-21 mars	Ungdomstränarutbildning 14-17 år, del 2, kast	Växjö
26-27 mars	Arrangörskurs	Vrigstad
3-4 april	Ungdomstränarutbildning 14-17 år, del 1	Jönköping
17-apr	Eltidtagningskurs	Jönköping
21-apr	Barnledarutbildning 7-10 år, Kvällskurs	Jönköping
23-24 april	Träff Unga ledare	Kalmar
23-24 april	Uppföljningshelg 12-17 år	Kalmar
24-apr	Barnledarutbildning 7-10 år	Kalmar
13-maj	Barnledarutbildning 7-10 år	Jönköping
13-16 juli	Sommarläger 13-17 år	Högby
16-17 okt	Ungdomstränarutbildning 10-14 år, del 1	Jönköping
12-13 nov	Ledarkonferens	Vrigstad

OBS: Tillkommer flera aktiviteter under hösten.

TRÄNARE

Inom Småland finns idag ett stort antal tränare verksamma. Vi har tagit med de som genomgått SvFIF's nya juniortränarutbildning. De som genomgått komplett Bas Speciell:2 eller G:3 efter 1993 har vi även tagit med.

ELITTRÄNARUTBILDNING

inom parentes: (leg.gren/grenar)

Anders Andersson Stora Skog, 333 93 SKEPPSHULT, tel.0371/212 61 (Kast)
Nils-Erik Athler Wilhelm Petris väg 16B, 574 32 VETLANDA, tel. 0383/175 29 (Hopp)

Agne Bergvall Rödhakevägen 8, 352 50 VÄXJÖ, tel.0470/696 96,
fax 0470/696 90, agne.bergvall@swipnet.se (Mångkamp)

Jan Bengtsson Gamla vägen 29, 352 40 VÄXJÖ, tel.0470/403 54 (Medel/lång)

Cai Bolö Fatbursvägen 2, 352 62 VÄXJÖ, tel.0470/646 99 (Sprint/häck)

Göran Graberg, Svalöv, 7B, 571 73 STENSJÖN,tel./fax 0380/91411b, 910 45a (Löpning)

Peter Hackenschmidt Kastellv. 4, 554 66 JÖNKÖPING, tel.036/615 02 (Kast)

Anders Holmberg Gröndalsgatan 4, 352 46 VÄXJÖ,tel.0470/365 65 (Medel/lång)

Gösta Johansson Töllösegratan 13, 341 34 LJUNGBY, tel.0372/862 99 (Löpning)

Per-Ivar Karlsson Henaryd 101, 380 44 ALSTERBRO, tel. 0481/560 81

(Hopp/löp)

Anderei Koos Kolonivägen 10, 352 46 VÄXJÖ, tel. 0470/453 30 (Sprint/hopp)

Thomas Lindén Skorstensvägen 150, 393 63 KALMAR, tel.0480/47 50 06

(Mångkamp)

Jonas Mellblom Södrabogränd 1, 352 51 VÄXJÖ, Tel. 0470/72 95 18 (Kast)

Hans Sundevall Nybrovägen 8, 394 70 KALMAR, tel.0480/47 17 51 (Spjut)

Arne Svensson Blodriskegatan 4, 386 32 FÄRJESTADEN, tel.0485/300 47

(Hopp/Löpning, Slägga/Mångkamp)

Håkan Widlund Sågmästarevägen 26, 352 50 VÄXJÖ, tel.0470/60522

(Sprint/Häck)

JUNIORTRÄNARUTBILDNING

Ann Axelsson Värnamovägen 34, 553 39 JÖNKÖPING, tel/fax. 036/12 17 43

Kent Claesson Svalgången 25, 191 41 SOLLENTUNA, tel. 08/32 79 62b,

0709/32 47 70

Evert Kvist Sländevägen 16, 342 33 ALVESTA, tel. 0472/103 31

Carl-Gustaf Nilsson Vådursvägen 2, 393 51 KALMAR, tel 0480/124 13

Mats Olsson, Syrenvägen 11, 352 50 VÄXJÖ, tel. 0470/669 55

Christer Persson, Rälla Tall 2549, 387 92 BORGHOLM, tel. 0485/56 52 75

Nils Persson, Kvarnö, Helgevärmavägen, 352 50 VÄXJÖ, tel. 0470/668 34

UNGDOMSTRÄNARUTBILDNING ELLER DYLIKT

Fredrik Ahlström Skogsgatan 24, 352 35, Växjö, tel.0470/256 79 och 203 85
Siv Dahlgren Ringvägen 25, 573 41 TRANÅS, tel/fax.0140/135 31
Jan-Olof Damgren Sjöåkravägen 107, 564 31 BANKERYD, tel.036/37 13 77
Roger Didrick Stenbergsgatan 20, 575 35 EKSJÖ, tel.0381/140 66
Gert-Olof Johansson Havregatan 11, 573 38 TRANÅS, tel.0140/132 97
Sverker Svensson Bondevägen 20, 352 53 VÄXJÖ, tel.0470/452 54
Åke Åkesson Ryssbylundsvägen 15, 380 30 ROCKNEBY, tel. 0480/666 45

CENTRAL UTB. VERKSAMMA SOM INSTRUKTÖRER VID SM.FIF:S BARN- OCH UNGDOMSUTBILDNINGAR

Owe Andersson, Linv. 8, 388 94 VASSMOLÖSA, t tel. 0480/378 77
Michael Kernell, Knipuddev. 44, 394 77 KALMAR, tel. 1480/47 71 57
Anders Nyqvist, Svartåv. 10, 573 34 TRANÅS, tel. 0140/31 13 55
Carina Ohlsson, Harvarev. 11, 382 39 NYBRO, tel. 0481/177 18
Margareta Palmgren, Poppelv. 1, 331 51 VÄRNAMO, tel. 0370/183 48
Ulf Wiik, Järpv. 4, 573 61 SOMMEN, tel. 0140/31 13 55

BAS SPECIELL:2 (samtliga tre) eller G:3-UTBILDNING

Sten-Olof Almroth Klintvägen 15, 388 32 LJUNGBYHOLM, tel. 0480/311 60
Ove Andersson, Linvägen 8, 388 94 VASSMOLÖSA, tel 0480/378 87
Irmgard Davidsson Bofinksvägen 21, 556 25 JÖNKÖPING, tel. 036/758 25
Dennis Fagerberg Husaren 6B, 575 35 EKSJÖ, tel. 0381/163 44
Peter Fritz, S. Skogsvägen 57, 571 39 NÄSSJÖ, tel. 0380/141 49
Brita Gustafsson Gitarrv. 4, 342 33 ALVESTA, tel. 0472/100 44
Daniel Gustavsson, Kvadratsgränd 47, 572 41 OSKARSHAMN, tel 0491/195 53
Ola Gustavsson, Gitarrvägen 4, 342 33 ALVESTA, tel. 0472/100 44
Annica Hesselgren Semaforvägen 7, 576 36 SÄVSJÖ, tel. 0382/141 74
Per Jonsson Mellangatan 11, 570 01 RÖRVIK, tel. 0382/214 86
Ingalill Klüft Kungsv. 96, 352 44 VÄXJÖ, tel. 0470/121 26
Carl-Gustaf Nilsson Vådursvägen 2, 393 51 KALMAR, tel. 0480/285 39
Gustav Nilsson Köpmangatan 2, 598 00 VIMMERBY, tel. 0492/136 52
Ingela Nilsson Evedalsv. 94, 352 63 VÄXJÖ, tel. 0470/627 40
Britt-Louise Nyberg Sjöroda, 570 80 VIRSERUM tel. 0495/307 52
Carina Ohlsson Harvarevägen 11, 382 39 NYBRO, tel 0481/177 18
Christer Persson Rälla Tall 2549, 387 92 BORGHOLM, tel. 0485/56 52 75
Urban Persson Oxelgatan 8, 561 38 HUSKVARNA, tel. 036/14 14 77
Jonas Roselius Odlingsvägen 33, 342 33 ALVESTA, tel. 0472/193 96
Thomas Studeny Idgatan 13, 593 40 VÄSTERVIK, tel. 0490/335 13
Gunnar Svensson Västerlånggatan 13A, 392 33 KALMAR, tel. 0480/172 41
Katarina Söderbäck Korsvägen 16, N:a Möckleby, 386 96 FÄRJESTADEN, tel. 0485/321 38
Markus Tinnert Gröngatan 23, 386 30 FÄRJESTADEN, tel. 0485/309 53

DOMARE/STARTERS o.dyl.

LEG. ATO (Area Technical Official)

Kjell Ahnstedt Malmstengatan 1, 331 40 VÄRNAMO, tel.0370/156 08, 070/521 58 60

LEG. TEKNISK LEDARE

Kenthy Haglund Törn skateväg. 35, 331 41 VÄRNAMO, tel. 0370/462 42b, 070/627 84 00

Tommy Ursby Trädvägen 5, 352 53 VÄXJÖ, tel. 0470/836 74b, 215 87a, 070/638 91 39

LEG. FÖRBUNDSDOMARE

Kjell Ahnstedt Malmstengatan 1, 331 40 VÄRNAMO, tel.0370/156 08, 070/521 58 60

Sten-Olof Almroth Klintvägen 15, 388 33 LJUNGBYHOLM, tel. 0480/311 60

Bo Björkholm Skorstensvägen 112, 393 63 KALMAR, tel. 0480/47 46 27

Henrik Björkholm Smålandsgatan 19B, 392 34 KALMAR tel. 0480/49 12 16

Thomas Borglin Floragat. 7, 331 33 VÄRNAMO, tel.0370/192 91 och 69 88 63 (även fax) 070/594 60 65

Per-Åke Bramstedt Ardebäck 2170, 380 31 LÄCKEBY, tel. 0480/530 71

Rolf Brittesland, Vedkärr, Lättargård, 360 47 VÄRENSNUBBLE, tel. 0470/352 48

Per-Erik Dagerhem, Enbärsgränd 10, 393 65 KALMAR, tel 0480/47 35 08

Marita Ericsson Gamla Växjövägen 61, 360 44 INGELSTAD, tel.0470/305 96

Per Falkman, Myntgatan 3, 331 33 VÄRNAMO, tel. 0370/491 93, 073/736 75 97

Nils Fredholm Fornvägen 32, 352 50 VÄXJÖ, tel.0470/608 62

Kenthy Haglund Törn skatevägen 35, 331 41 VÄRNAMO, Tel 0370/462 42 b

Jarl Haglund Saturnusvägen 17, 291 70 KRISTIANSTAD, tel.044/24 60 68

Ingvar Hallin Box 25, 385 03 SÖDERÅKRA, tel. 0486/213 20

Roland Gustafsson Barrstigen 3, 575 39 EKSJÖ tel 0381/61 15 00

Lena Karlsson Åbygatan 13, 380 31 LÄCKEBY, tel. 0480/603 84

Mats Karlsson Snickaregränd 13, 352 50 VÄXJÖ, tel. 0470/690 52

Mats Malmlind, Diskusvägen 11, 352 51 VÄXJÖ, tel. 0470/844 04

Ingela Nilsson Evedalsvägen 94, 352 42 VÄXJÖ tel. 0470/627 40

Anneli Olsson Näktergalsvägen 31, 352 42 VÄXJÖ, tel. 0470/239 50

Christer Persson Rälla Tall 2549, 387 92 BORGHOLM, tel. 0485/56 52 75

Leif Samuelsson Skogsgatan 19, 352 35 VÄXJÖ, tel. 0470/129 88

Birgitta Strid Trädvägen 19, 352 53 VÄXJÖ, tel. 0470/836 61

Jan Sandberg Tjädervägen 3, 352 42 VÄXJÖ tel. 0470/234 81

Hans Sundevall Nybrovägen 8, 394 70 KALMAR, tel. 0480/717 51

Inge Thor Rolfsmo, 360 24 LINNERYD, tel. 0470/345 80

Rolf-Inge Torstensson Svallarp 5339, 575 93 EKSJÖ, tel. 0381/420 52

Tommy Ursby Trädvägen 5, 352 53 VÄXJÖ, tel. 0470/836 74 och 0703/490 265

LEG. FÖRBUNDSBANMÄTARE MARATON/HALVMARATON

Lars Ydreborg Tranbärsstigen 21, 571 37 NÄSSJÖ, tel. 0380/152 90
Sören Andersson Paradisgatan 11, 382 33 NYBRO, tel. 0481/230 71

LEG. FÖRBUNDSSTARTERS

Per Falkman Myntgatan 3, 331 33 VÄRNAMO, tel. 0370/491 93 b, 073/736 75 97
Mats Olsson Syrénvägen 11, 352 50 VÄXJÖ, tel. 0470/669 55

LEG. STARTERS INOM SMÅLAND REGIONSSTARTERS

Kenthy Haglund Törnskatévägen 35, 331 41 VÄRNAMO, tel. 0370/462 42b, 471 60 a. 0708/63 42 33

Anders Nykvist Svartåsvägen 10, 573 34 TRANÅS, tel. 040/605 91 93

Mikael Roman Furuvägen 7, Hånger, 331 94 VÄRNAMO, tel. 0370/414 04 el 070/570 02 64

Göran Sjöblom, Rågången 69, 571 38 NÄSSJÖ, tel. 0380/174 54

Rolf-Inge Torstensson Svallarp 5339, 575 93 EKSJÖ, tel. 0381/420 52

DISTRIKTSSTARTERS

är i distriktet övriga verksamma starters.

KALMAR SK och KALMAR KORPIDR. FÖRBUND

inbjuder till

NYA KALMAR RUNT

LÖRDAGEN DEN 11 SEPTEMBER 2004

Stafettlöpning	runt Systraströmmen
Start och mål	på larmtorget
5 sträcklängder	3x1300m, 700m & 600 m
Klasser	Öppen, kvinnor & skolor
Plaketter	Till samtliga deltagare

Lottade priser

UPPLYSNINGAR

Tel. 0480/209 54 Fax. 0480/280 04

SMÅLANDS FRI-IDROTTSFÖRENINGAR 2004

Föreningarna är ordnade kategorivis i **AKTIVA A OCH AKTIVA B**.

Fördelningen har skett efter föregående års verksamhet och eventuellt önskemål från förening.

I förteckningen har angivits aktuell adress till föreningen, samt namn, telefonnummer till utsedd kontaktperson/kvinna i den mån sådan uppgift har lämnats. Ang. föreningarnas hemsida på internet finns länkade till på SmFIF:s hemsida.

OBS REGLER FÖR INBJUDNINGAR TILL TÄVLINGAR OBS

Alla slags, även interna och klubbtävlingar, matcher!

Sänd inbjudningar **alltid** till

Smålands FIF Box 4026, 561 04 HUSKVARNA

Carl-Gustaf Nilsson, Vådursvägen 2, 393 51 KALMAR

Föreningar "AKTIVA A"

Vid väg/terräng till "AKTIVA A" och "AKTIVA B"

Vid veteran tävlingar arena till föreningar "AKTIVA A" samt "AKTIVA B" med veteranaktiva.

AKTIVA A

Aktivitet företrädesvis på arena men **även** på landsväg/i terräng.
Ungdomsfriidrott, arena.

		LÄN
Alvesta FI	Box 11, 342 21 ALVESTA Krister Lundgren, tel. 0472/120 45, alvesta.friidrott@tiscoli.se	G
IFK Borgholm	Kungsgatan 2, 387 32 BORGHOLM Örjan Amné, tel. 0485/100 95, fax 121 01, 0485/133 58, 073/979 34 44, ifkborgholm@telia.com	H
Bottnaryds IF	Box 2, 560 25 BOTTNARYD Greger Melin, tel. 036/206 61, tel/fax 206 77, 0708/44 29 82, goranholst@swipnet.se, ritheim@swipnet.se	F
Brittatorp TK	C/o Sven-Bertil Karlsson, Korpvägen 8, 360 40 ROTTNE tel.0470/916 86, 073/634 49 73	G
Eksjö Södra IK	Kaserngatan 22, 575 35 EKSJÖ Roger Didrick, tel. 0381/140 66, 070-561 89 60 Kansli tel/fax 0381/140 00, eksjo.sok@swipnet.se	F
Eldhus IF	C/o Peter Fasth, Hammarv 4, 562 32 NORRAHAMMAR F tel 036/71 20 26, 070/354 43 32, eldhus@telia.com	F
FIK Färjestaden	C/o Tinnert, Gröngatan 23, 386 30 FÄRJESTADEN Arne Svensson, tel. 0485/300 47, fax 0485/311 17, 0485/470 00, 0708/30 04 70, info@fikf.nu	H

Föra AIK	C/o Per Arnér, Vässbylund 1389, 387 91 BORGHOLM, tel. 0485/744 66	H
Glasrikets RC	C/o Thomas Meijer, Mellangatan 4A, 382 30 NYBRO, Rikard Persson, tel. 0481/131 04, fax. 154 68, 070/652 38 65, rikard.persson@anglotrade.h.se, glasriket@hotmail.com048115487	H
Gnosjö FK	Fritidsvägen, 335 32 GNOSJÖ Christer Park, Tel. 0370/998 37, 33 23 80	F
SK Graal	C/o Evaldsson, Rishult 1226, 287 91 STRÖMSNÄSBRUK	G
Habo IF	Håkan Wretström, tel 0433/202 71, 750 00, fax 210 66, wretstrom1@swipnet.se	F
Habo IF	C/o Calle Florin, Tärngatan 19, 566 33 HABO Tel. 036/464 79, fax 415 83	F
IK Hakarpspojarna	Norra Klevaliden, 561 93 HUSKVARNA Kansli 036/13 30 54, fax 036/14 09 96, kansli@ikhp.nu Tony Peterson, tel 036/14 48 73, 0705/17 48 73, kansli@ikhp.nu	F
IK Hinden	Jakobskatan 25 A, 382 35 NYBRO, Kansli 0481/181 06 H fax 0481/188 31 Per-Ivar Karlsson, tel. 0481/560 81 ikhinden@telia.com	H
OK Hjorten	Lyckebyvägen 11, 570 80 VIRSERUM Leif Axelsson, tel. 0495/311 68, 0495/302 29, fax 0495/302 18, leifaxelsson@tole.se	H
Hovslätts IK	C/o Ann Axelsson, Värnamovägen 34 553 39 JÖNKÖPING, tel/fax 036/12 17 43 ann.axel@telia.com	F
Hultsfreds LK	Vimmerbyvägen 19, 590 80 STOREBRO Ingemar Adolfsson tel. 0492/308 35 Anders Andersson, 0495/127 19, 0491/765 751, anders_egen@home.se	H
Högby IF	Vådursvägen 2, 393 51 KALMAR, hogby.if@swipnet.se, Carl-Gustaf Nilsson tel. 0480/285 39, fax 0480/124 13, nilsson.calle@telia.com	H
Kalmar SK	Box 2095, 390 02 KALMAR Kansli tel. 0480/204 34, fax 0480/280 04 kalmarsk@hotmail.com	H
Lekeryd-Svartorp SK	C/o Jan Svensson, Häradsvägen 6, 561 43 HUSKVARNA, tel. 036/14 83 08, 036/34 19 22 fax. 810 18	F
Ljungby FIK	Box 851, 341 18 LJUNGBY, Sylve Wiik, tel. 0372/822 65, info@ljungbyfriidrott.com	G
Markaryds FK	Box 62, 285 22 MARKARYD Inge Karlsson, tel. 0433/713 23, fax 0433/171 93, 070/331 96 35, inge.k@telia.com	G
Målilla-Mörlunda SK	Slätstigen 15, 570 84 MÖRLUNDA Reino Thapper, tel. 0495/238 45, 0495/23610, roreinono@swipnet.se	H

Högby IF

arrangerar 2004

- 3/4 Skälbyloppet**
- 24/4 DM i terräng**
- 7/5 Lilla Kyrkstafetten**
- 8/5 Ölands Kyrkstafett**
- 17/7 Hornsjön runt**
- 13/7 Ölandsspelen**
+ DM, JDM, UDM, VDM
5000, 3000 o 2000 m
- 24/7 Ölands Marathon**
+ DM o VDM i Marathon
- 31/12 Kalmar Sylvesterlopp**



**För inbjudan och information
kontakta:**

Högby IF, Pl 1104, 380 74 Löttorp Tel/fax 0485-205 64
hogby.if@swipnet.se, hemsida: www.hogbyif.h.se
Carl-Gustaf Nilsson 0480-285 39, fax 0480/124 13, 070/444 31 02
Sten Medelius 0485-201 47
Christer Persson 0485-56 52 75

OK Njudung	Box 42, 574 21 VETLANDA Bengt Hessekrans, tel. 0383/108 75, fax 131 30, ok.njudung@ok.njudung.f.se	F
Oskarshamns SK	Box 33, 572 21 OSKARSHAMN, Thomas Karlsson, 0491/84116, 070/468 58 49 Centralgatan 26D, 571 41 NÄSSJÖ	H
IK Sisu	Nils-Erik Athler, tel. 0383/175 29, kansli 0380/735 45, fax 741 84	F
Skillingaryds FK	V. Fåglabäcksvägen 37, 568 31 SKILLINGARYD Lennart Johansson, tel. 0370/701 61, fax. 0370/716 82	F
Skruus IF	C/o Stodell, Vikingagatan 29, 360 51 HOVMANTORP Tommy Stodell, tel. 0478/414 78, fax. 0478/202 35 070/529 10 98, stodell@algonet.se	G
Sommenbygdens SK	C/o Ulf Wiik, Järpgatan 4, 573 61 SOMMEN tel. 0140/306 51	F
Stensjöns IF	Svalövägen 7B, 571 73 STENSJÖN Göran Graberg, tel/fax. 0380/914 11, tel. 0380/910 45, goran.granberg@stensjo.org	F
IFK Sävsjö	Box 168, 576 24 SÄVSJÖ Ulla Mejenqvist, tel 0382/614 60b, Kansli. 0382/1330 80, fax. 679 81, ifk.savsjo@telia.com	F
Södra Vi IF	Box 100, 590 80 SÖDRA VI Stefan Fredriksson, tel. 0492/319 14b, 0492/202 75a, fax. 0492/200 25	H
Tranås AIF: FI	Box 234, 573 23 TRANÅS, Siv Dahlgren, tel/fax 0140/135 31	F
Villstads GIF	Furudal, Villstad 125, 333 91 SMÅLANDSSTENAR Ingrid Bergman, tel/fax. 0371/144 50 tel/fax. 0371/380 06 villstadsgif@hotmail.com	F
Wärnamo SK	Box 348, 331 23 VÄRNAMO Hans Fagher, tel/fax 0370/134 80, 070/677 60 08, hfab@telia.com	F
Västerviks OK	Karstorspgårdet, 593 30 VÄSTERVIK Kenneth Axelsson, tel. 0490/313 29 och 313 30, fotohuset@swipnet.se	H
IFK Växjö	Box 3007, 350 33 VÄXJÖ Magnus Braun, tel. 0470-161 16, fax. 103 56, magnus@ifkvaxjo.se	G
Växjö LK	Alegatan 20, 352 40 VÄXJÖ Karin Eidevåg tel/fax 0470/478 30, 819 77, 799 06, 070/372 82 24, karin.eidevag@telia.com vaxjoloparklubb@telia.com	G
FÖRENING TILLHÖRANDE SMÅLAND I DM-JDM-VDM-TÄVLING		
Mullsjö FIK	C/o Mats Ydman, Torestorpsvägn 4, 565 32 MULLSJÖ tel. 0392-100 27, 036/10 78 71, mullsjo_friidrottsklubb@hotmail.com	

OBS! Ni har väl inte glömt sända inbjudan till förbundet för kännedom?



**Sista söndagen
i augusti
den 29/8**

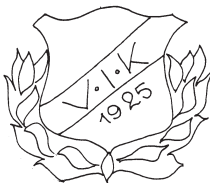
36: E VÄCKELSÅNGSLOPPET



18 olika klasser
4 banlängder 2.3, 8.5, 17.5 km &
Tjejlopp 4.5 km

Plakett till alla som fullföljer

UPPLYSNINGAR
tel. 0470/331 33



AKTIVA B

Deltagare i stort sett endast i terräng/landsvägstävlingar/stafetter.

Arrangerar dylika **OBS * =Veteranaktiva på arena.**

Agunnaryds IF	C/o Anders Aronsson, Ängarna, 341 77 AGUNNARYD, tel 0372/610 32,070/346 10 32	G
Anderstorps OK	C/o Kristofersson, Allégatan 6, 334 33 ANDERSTORP Åke Westlund, tel 0371/173 66, ake.westlund@edu.gislaved.se	F
Axamo Motion	Axamobadet, 555 94 JÖNKÖPING Torsten Lilja, tel.036/731 32	F
Björkhults IF	Villaväg 10, 579 93 GRÖNSKÅRA, tel. 0481/701 00	H
Blackstads IF	Källsberg, 590 94 BLACKSTAD Terese Ankarstrand, Tel. 0493/911 12	H
Bredaryds SOK	Box 44, 330 10 BREDARYD Lars-Göran Larsson, tel. 0370/807 23, 865 48, lars-goranl@swipnet.se	F
Böda IK	C/o Ing-Britt Nilsson, Norrbygårde 2236, 380 74 LÖTTORP, tel/fax 0485/222 10, 0708/76 13 94	H
Egby BK	C/o Benny Nilsson, Södra långgatan 29, 387 32 BORGHOLM, tel. 0485/772 26	H
Elmhults SC	Box 71, 343 23 ÄLMHULT Bengt Fransson, tel. 0476/127 65, b@fransson.nu	G
Emmab.-Verda OK*	Safirstigen 5, 361 32 EMMABODA, Erling Thelander, tel. 0471-122 08	H
FK Finn	Box 843, 341 18 LJUNGBY Åke Ericsson, tel/fax. 0373/150 41	G
IF Friskis & Svettis	Kaserngat 22, 575 35 EKSJÖ Roland Fridholm, tel. 0381/133 53	F
IF Friskis & Svettis	Box 2140, 550 02 JÖNKÖPING tel 036/173 15, fax, 17 31 54, info@jonkoping.friskissvettis.org	F
IF Friskis & Svettis	Norravägen 50, 392 35 KALMAR tel. 0480/225 24, fax 0480/295 12, kansli-kalmar@swipnet.se	H
IF Friskis & Svettis	Gängesvägen 12, 341 31 LJUNGBY Annika Bergström Nilsson, tel. 0372/814 56, fax 0372/159 17, friskis.ljungby@swipnet.se	G
IF Friskis & Svettis	Box 77, 285 22 MARKARYD, friskis@swipnet.se Martin Sandell, tel. 0432/797 44, 102 32, markaryd@friskissvettis.se	G
IF Friskis & Svettis	C/o Madesjö Gärdar 139, 382 96 NYBRO	H
IF Friskis & Svettis	Box 155, 385 22 TORSÅS Ros-Marie Nilsson, tel. 0486/107 21	H
IF Friskis & Svettis	Box 211, 574 23 VETLANDA Monica Olsson, tel. 0383-330 31	F
IF Friskis & Svettis	Box 8, 598 21 VIMMERBY Mats Kullgard, tel. 0492/224 12	H
IF Friskis & Svettis	Box 255, 351 05 VÄXJÖ friskis.vaxjo@sverige.nu	G

IF Friskis & Svettis	Gotthards gata 34, 343 36 ÄLMHULT Ulla Krantz, 0476/147 41, 485 57, ulla@specialstal.se	G
Frödinge- Brantestads SK Gamleby OK	C/o Jan-Ove Carlqvist, Lejonhjärtas gata 14 598 32 VIMMERBY, tel. 0492/125 58, 0495/24 96 00 Box 60, 594 21 GAMLEBY	H
Hallaryds IF	Håkan Pettersson, tel. 0493/185 65, gok@hom.se Gunnar Bladh, Hallenbergsv. 7, 343 96 HALLARYD tel. 0479/721 11	G
IF Hallby SOK	Box 177, 551 13 JÖNKÖPING	F
Hestra SoSK	Bengt-Åke Lindgren, tel. 036/12 24 24, fax 731 45 Box 100, Mogat. 22, 330 27 HESTRA	F
Hultånäs SoFK	Carl-Axel Pettersson, tel. 0370/33 51 71, fax 33 54 18 hestra.ssk@swipnet.se	G
Ingelstad IK	Hultånäsgården, 360 70 ÅSEDA Ingrid Lindblad, Tel. 0383/820 47, fax 820 85	G
Jönköpings OK	C/o Gustav Gustafsson, Åkervägen 7, 360 44 INGELSTAD tel/fax. 0470/305 66	F
Kalmar RC	Box 3093, 550 03 JÖNKÖPING, tel. 036/661 35 info@jonkopingsok.nu	H
Kastlösa IF	Lundångsv. 28, 394 70 KALMAR Tomas Gustavsson, tel. 0480/47 71 17	H
Kexholms SK	Kastlösa, 380 62 MÖRBYLÅNGA Gösta Hultqvist, tel/fax 0485/420 09	G
Lenhovda IF	C/o Leif Johansson, Svenshult, 360 70 ÅSEDA tel. 474/500 26	G
Lessebo OK*	Box 42, 360 73 LENHOVDA tel. 0474/210 11, fax. 0474/212 69, skidsekt@lenhovda-if.nu	G
Ljungbypolis. SoIF	Storgatan 51, 360 50 LESSEBO, Stig Karlsson, tel. 0478/101 93, fax. 313 95, lessebo.ok@semera.se	G
338 Ljungby T&M	Box 311, 341 26 LJUNGBY Alf Holmqvist, tel. 0372/830 04	G
Lönashults Golf	C/o Joel Rydström, Herkulesgat. 9, 341 33 LJUNGBY Tel 0372/842 49, 338joel@worldonline.se	G
Malmbäcks RC	C/o Anders Svärd,Håldala,Lönashult, 340 30 VISLANDA G tel. 0470/75 72 56	F
Misterhults AIS	Strömsdalsvägen 5, 570 21 MALMBÄCK, Joakim Svensson, tel 0380/660 630, 070/28 29 869	H
Myresjö IF	Brinkv. 9, 572 95 FIGEHOLM, Moody Nilsson, tel. 0491/320 94, 320 70, 0709/42 68 99, moody.nilsson@telia.com	F
Målerås IF	C/o Rolf Johansson, Hjältaryd, 570 13 MYRESJÖ tel. 0383/910 92, 0380/55 50 18, 070/521 88 41	H
Mållilla OK	N. Måleråsvägen 38, 380 42 MÅLERÅS Jonas Persson, tel. 0481/312 32 o 314 09, 070/593 91 13	H
Palaestra DF	Karlbergsvägen 4, 570 83 ROSENFORS Lars Strahl, tel. 0495/207 89, kerstin.lm.karlsson@telia.com	H
Persnäs AIF	C/o Pernilla Svahn, Vimpeltorpsv 21, 393 55 EKSJÖ Tel. 0480/851 31	H
	Persnäsgården, 380 74 LÖTTORP Sven Gustavsson tel/fax, 0485/251 59, fax 253 00 persnasaif@swipnet.se	H



KALMAR SPELEN- Ingvar Thomssons minne

Välkomna till årets sista
utomhustävling på Fredriksskans

**Lördagen
den 25 september**

Vi ser fram emot spännande
tävlingar med många nya rekord!

Kalmar SK - Friidrott

Rydaholms Golf	C/o Åke Blomgren, Pilgatan 16, 330 17 RYDAHOLM tel. 0472/209 74	F
Skullaryds SK	C/o Karl-Uno Sand, Rickelstorp, 575 91 EKSJÖ Tel 0381/710 67	F
Storebro SC	C/o Inge Ekström, Sevedeg. 5, 590 83 STOREBRO Tel 0492/304 71, fax 300 42, storebrosc@home.se	H
Stranda LK	Sångarv. 8, 383 92 MÖNSTERÅS Peter Jonsson, tel. 0499/141 18, 441 45	H
Sörängens LK	Handskerydsv. 28, 571 40 NÄSSJÖ Per-Mats Carlsson, tel. 0380/55 48 05 per mats.carlsson@telia.com	F
Tjust BoRC	Stavgatan 4, 590 93 GÜNNEBO Michael Tidström, tel. 04910/535 12, m.tidstrom@tele.com	H
IF Träningsvärk 1	C/o Madelén Andersson, Fredriksdalsg 6B, 593 37 VÄSTERVIK, tel. 0490/136 44, maddiz@passagen.se	H
IK Tuna Södra	C/o Inge Nilsson, Ishult, Solbacka, 570 91 KRISTDALA tel. 0491/44 00 31, 070/231 09 62	H
Tyllinge IF	Spånvägen 8, Tyllinge, 594 92 GAMLEBY, Mona Gustafsson, tel 0493/330 83	H
IK Wallgårda	Bråten 3, 560 25 BOTTNARYD Björn Söderblom, tel. 036/280 35, fax. 280 15, 070/525 75 39	F
Vimmerby OK	Vokstugan, Snokebovägen 102, 598 94 VIMMERBY Berth Gustavsson, tel 0492/204 68, tel/fax 134 00 vimmerby.ok@telia.com	H
Visingsö AIS*	Tunnerstavägen 24, 560 34 VISINGSÖ Bert Emanuelsson, tel. 0390/404 19, 070/517 65 23, bert.emanuelsson@swipnet.se	F
IK Vista*	C/o Håkan Svensson, Kullängsv. 15, 561 46 HUSKVARNA, tel. 036/511 64, fax. 511 30 hakan.svensson@attendo.se	F
Väckelsångs IK *	Björkeborgsgatan 23, 360 14 VÄCKELSÅNG Åke Persson, tel. 0470/331 33, 070/318 10 86 ake.persson@vaxjo.kommun.se	G
Växjö AIS	Fylleryd, 355 92 VÄXJÖ 0470/204 83	G
Växjö Norra IF*	C/o Gunnar Dahl, Underfångsvägen 13, 352 51 VÄXJÖ Ingvar Fransson, tel. 04710/452 32, gunnar.dahl@alfa.telenordia.se	G
Ålems OK*	Clo Leif Nyström, Storgatan 47, 384 30 BLOMSTERMÅLA, tel. 0499/201 52 fax. 121 05, larsolof.johansson@bevis.se	H
Örjansklubben-Ramkvilla	C/o J. O. Karlsson, Karstorp, 574 74 RAMKVILLA tel. 0383/267 63a, fax 0474/602 55	F
Överums OK	Box 45, 590 96 ÖVERUM Rolf Ternström, tel. 0493/30477	H

OBS! Ni har väl inte glömt sända inbjudan till förbundet för kännedom!

KRETSSAMMANSLUTNINGAR**Jönköpings
Friidrottskrets****Kalmar Läns
Friidrottskrets****Ölands idrottskrets**C/o Ingrid Bjelm, Hagens väg 2 C, 556 26 JÖNKÖPING,
tel/fax. 036/757 81C/o Stefan Fredriksson, Abygatan 8, 598 39 VIMMERBY
tel. 0492/319 14Åke Johansson, Tallhöjdens IP, 386 30 FÄRJESTADEN
tel. 0485/492 45**FÖRENINGSSAMMANSTÄLLNING**

	F-LÄN	G-LÄN	H-LÄN	SUMMA
AKTIVA A	17	8	13	38
AKTIVA B	18	19	27	64
SUMMA	35	27	40	102

VÄLKOMNA TILL**MIDSOMMARLOPPET****26/6****kl. 18.00 i Kastlösa, Öland**

Banan är 8,4 km. Fina priser.

För mer info ring 0485-420 09

VÄLKOMNA**Kastlösa IF**

Välkommen till 21:e
Ostkakeloppet

Söndagen den 5 sept 2004
Första start kl 10.30
vid Lundavallen i Frödinge.

Loppet går på stigar och vägar i den Småländska terrängen.

Plaketter och ostkaka till samtliga. Plus ett fint prisbord.

Cykel +resor utlottas bland alla fullföljande som närvarar vid prisutdelning

Män:	18 km, 9 km, 4 km.
Kvinnor:	9 km, 4 km.
Ungdomar:	4 km P14, F14
	2 km P10, P12, F10, F12
	0,8 km P8, F8 eller yngre

Ny klass, Promenadklass:

Män o kvinnor 4 km.

Anm.avgifter: Män och kvinnor 100 kr
 Ungdomsklasser 50 kr

Anmälan: Ostkakeloppet C/o Monica Nälgård
 Humlestigen 5, 598 35 Vimmerby
 Sista anmälningsdagen 27/8 2004

Efteranmälan: Mottages t.o.m. tävlingsdagen 30 min,
 före resp. start motillägg av 20 kr.

PG-konto: 51 53 78-8

Upplysningar: Jan-Ove Carlqvist 0492/125 58

ARRANGÖRER:

Frödinge Brantestad SK/Frödinge Mejeri AB

SMÅLANDS FRIIDROTTSFÖRBUNDS TÄVLINGSPROGRAM 2004

(Med inlagt centrala programmet och övriga aktuella tävlingar)

2003

29-			
30/11	Lö-sö	"Göteborgs Adventsspel" P/F 10-17	Utby IK
6-			
7/12	Lö-sö	"Julklappsjakten" Sen + P/F 10-19	Göteborgs KIK
13/12	Ti	"Luciasprintern" (D) inh, M/K, P/F17-13, P19	IFK Växjö

2004

JANUARI

5-6	Må-ti	"Växjöspelen+Nyårskampen"(D)inh,M/K,P/F19,15 o 15	IFK Växjö
5-6	Må-ti	IJDM 19 o IUDM 17	Inlagt i ovan
5-6	Må-ti	IDM, IJDM o IUDM 17,15 o 14 i mångkamp	inlagt i ovan
6 jan	Ti	"Trettondagsträffen" D, inh	IK Hinden
17	Lö	IVDM	Jönköp Friidrottskrets
17-18	Lö-sö	"MÅI-spelen" inh Sen+P/F	Malmö AI
22	To	Kretsmästerskap inomhus, ungdom 13 o 15	Jkpg friidrottskrets
24	Lö-sö	<u>"5-LAGS-KAMP"</u>	Glasgow, GBR
24	Lö	"Veteran-spelen" M/K 35 o äldre	Manhem, Göteborg
24-25	Lö-sö	"Pallasspelen" Sen + ungdom	IK Pallas, Malmö
31	Lö	IUDM 12 och "Mini-DM" 11 o 10	Jönköp Friidrottskrets
1 feb		Stora IDM sen och IVDM 800 m och 3000 m	KA 2 Karlskrona

FEBRUARI

1	Sö	"Göteborg inomhus" P/F 10-17	Ullevi FI
7	Lö	"Ungdomstävling" (D) inh, P/F 10-15 (D)	IFK Växjö
7	Lö	IUDM 15,14,13,12 o "mini-DM" 800m, 1000m, stav, tresteg	Inlagt i ovan
7	Lö	"Rödblå vinter" M/K hela programmet	ÖrgrYTE IS
7-8	Lö-sö	<u>IVSM</u>	Västerås FIK
7-8	Lö-sö	"Athleticumspelen" , sen + P / F	Heleneholms IF, Malmö
12	To	"Globen-galan"	Stockholm
14	Lö	<u>EUROPEAN INDOOR CUP</u>	Leipzig, GER
14-15	Lö-sö	<u>STORA IJSM M/K 22 och 19</u>	IK Finish i Malmö
18	On	Kretsmästerskap , inomhus ungdom 11 o 9	Jkpg friidrottskrets
21-22	Lö-sö	<u>STORA ISM, sen</u>	Göteborgs FIF
24	Ti	Kretsmästerskap inomhus, sen o 17 år	Jkpg friidrottskrets
28	Lö	IUDM 15, 14 o 13	IFK Växjö
28-29	Lö-sö	<u>ISM-IJSM-IUSM i MÅNGKAMP</u>	KA 2 IF

MARS

5-7	Fr-sö	<u>IVM</u>	Budapest, HUN
6-7	lö-sö	<u>STORA IUSM, P/F 17 och 15</u>	Bollnäs FIK

BRITTATORP TK
inbjuder till
24:e
PINGSTSTAFETTEN
den 31 maj 2004

Totalsträckan - 39,7 km -
är fördelad på 7 sträckor som varierar
mellan 2,9 och 9,5 km.

Start och mål
Idrottsplatsen i Ramkvilla.

För upplysningar och inbjudan
RING 0478/409 08 Åke Lundberg



10-14	On-sö	<u>VVM INDOORS</u>	Sindelfingen, GER
13-14	Lö-sö	<u>EUROPEAN WINTER THROWING CHALLENGE</u>	
13-14	Lö-sö	<u>GM 13-14 INOMHUS</u>	KA 2 IF, Karlskrona
19-21	Fr-sö	<u>IVNM</u>	Drammen, NOR
20-21	Lö-sö	<u>VM-JVM TERRÄNG</u>	Brüssel, BEL
27	Lö	"Föreningsparbanken-spelen" (D) inh,Sen + P/F 6-17	
27	Lö	"Annelundsrundan" (D) asfv-gata,10+5 km	Tranås AIF FI Ljungby FIK

APRIL

3	Lö	<u>EUROPEAN 10000 m CHALLENGE</u>	Maribor, SLO
3	Lö	"Skälbyloppet" (D) grusv-parkv 8,4+4,4+2,3+1,4 km	Högby IF
12	Må	ÖM i terräng	Högby IF
12	Må	"Hallarydsloppet" (D) grus,asf,tg,21,3+11,8+6+3+1km	Hallaryds IF
17	Lö	GM i MARATHON	Heleneholms IF, Malmö
17	Lö	"Vårstafetten"(C) asf-grusv-parkv 42.195+34.954m,8str	
18	Sö	LM i terräng, H-län	Mällilla-Mörlunda SK Oskarshamn SK
19	Må	Kretsmästerskap i terräng	Hovslätts IK
18-24	Sö-lö	<u>VVM NONSTADIA</u>	Auckland, NZL
22	To	"Vår 8-an" (D) asfv,gata,grusv. 8 km	Brittat Tk,VåxjöAIS , Vä-ö NIF
24	Lö	DM, JDM, UDM o VDM i terräng	Högby IF
25	Sö	"Landsjön runt; (D), asfväg, 12 km	IK Vista

MAJ

1	Lö	"Våxjöloppet" (C) bland u, 21+10+4,5 +2 km	IFK Våxjö
1-2	Lö-sö	<u>SM, JSM, USM, VSM i TERRÄNG</u>	Örebro AIK/IF Spartacus
1-2	Lö-sö	"Dowin Cup" (C) arena Ut+	Villstads GIF
2	Sö	"Visans skeppslöppet" (D) bland u ,8+3,5+2+0,5 km	Storebro SC
4	Ti	"Våruset" (C), tjejlöpp, bland u, 5 km	IFK Våxjö
4	Ti	"Grabbhalvan" (C), bland u, 5 km	IF Hallby, Jkp
5	On	"Våruset" (C),tjejlöpp, bland u, 5 km	IK Hakarpspojkarne
8	Lö	<u>VSM i HALVMARATHON</u>	Vännäs SK
8	Lö	"Junespelen" (C) Arena UT +	IK Hakarpspojkarne
8	Lö	"England runt" (C) bland u, 10+5+1,7 km	Markaryds FK
8	Lö	"Wärnamo kvartsmarathon (C) bland u,10,549 m +5 km	Wärnamo SK
8	Lö	"Ölands Kyrkstafett" (C) asf-väg, 65 km, 11 str	Ölands Idrottskrets
9	Sö	DM för klubbblag, sen, kvalomgång, Norra gruppen	Eksjö Södra IK
9	Sö	DM för klubbblag, sen, kvalomgång, Södra gruppen	Kalmar SK
12	On	"Herrgårdsstafetten" (D, asfv, gata, 4,8 km, 5 str	Oskarshamns SK
15	Lö	"Göteborgsvarvet" halvmar	Göteborgs FIF
15	Lö	"Marknadsspelen" (C) arena NT+	Skruus IF
15	Lö	DM, sen M/K, dag 1, (100, 800m, höjd, längd, spjut)	Inlagt i ovan
19	On	UDM för klubbblag 15,13, o 11, kvalomg.1, Norra gr.	Jkp friidrottskrets

20	To	<u>SVENSKA FRIIDROTTSUCUPEN</u>	
20	To	<u>GÖTALANDSCUPEN</u> , omg 1	
20	To	"Vimmerbyloppet" (D) Asf-grusväg, 21097m+5+2+1 km	Storebro SC
20	To	DM o VDM i halvmarathon	Inlagt i ovan
20	To	LM , sen o ungdom, arena, H-län	Oskarshamns SK
21	Fre	"Lagårdsrännan" (D), terr.stig, 8 km	Skullaryds SK
22	Lö	UDM för klubbtag 15,13, o 11, kvalomg. 1, Södra gr.	Kalmar SK
22	Lö	<u>NORDIC 10000m CHALLENGE</u>	ISL
22	Lö	"Strandmilan" (D) asfv-grusv, 10+5,4+2,3+1 km	Hultsfreds LK
23	Sö	"Virdaspelen" (D) arena UT+	Alvesta FI
25	Ti	"Råslättspelen" (C), arena, NT	Jkp Friidrottskrets
25	Ti	DM, sen M/K 1500m	Inlagt i ovan
26	On	"Drottning Margareta-loppet" (C),tjejllopp,bl u,5 km	Kalmar SK
27	To	"Kalvinklinatet" (D) ungd.lopp , asf-väg,gata 1,5 km km	Ljungby FIK
28	Fr	"Eksjö stadslopp" (C), asfv, gata ,10+2+1 km	Eksjö Södra IK
29-30	Lö-sö	<u>SWE-FIN-EST i MÅNGKAMP</u>	SWE
31	Må	"WSK-spelen" (C), arena, UT	Wärnamo SK
31	Må	"Pingststafetten" (C), bland u, , 59km,10 str	Brittatorps TK

JUNI

4	Fr	"Skomakareloppet" (D), Tg-stig, 9+4,5+1+03 km	Misterhults AIS
5	Lö	<u>SM i MARATHON</u>	Hässelby SK/Spårv.FK
5	Lö	"Smålands ungdomsspel" (C), arena UT+	IFK Växjö
5	Lö	DM o UDM i stafett 17,15,13	Inlagt i ovan
6	Sö	Kretsmästerskap ungdom 17 år o yngre	Jkp Friidrottskrets
9	On	<u>FOLKSAM GP 1 "Ymerspelen"</u>	IK Ymer, Borås
9	On	"Eksjö 04" (C) arena, NT	Eksjö Södra IK
9	On	"Tjejlunken" (C) , bl.und, 6 km	OK Njudung
11	Fr	DM o VDM 10000m	Oskarshamns SK
12	Lö	UDM 13,12 och "Mini-DM" 11 o 10 i mångkamp	Tranås AIF FI
12-13	Lö-sö	<u>SM, JSM och USM STAFETT</u>	Stockholms FIF
15	Ti	"Linnéalunken" (C) "Mixed", Bl. und. , 5 km	Glasrikets RC
17	To	"Ljungby brostafett" (C) asf-väg, 10km, 6 strLjungby FIK/Ljungbypol	Bydgoszcz, POL
19-20	Lö-sö	<u>EUROPACUPEN (M)</u>	
19-20	Lö-sö	<u>EUROPACUPEN (K)</u>	Plovdiv, BUL
19-20	Lö-sö	<u>JNM-UNM i MÅNGKAMP</u>	Jyväskylä, FIN
19-20	Lö-sö	JDM 19 o UDM 17 och 15	Villstads GIF
19-20	Lö-sö	Stora VDM	Villstads GIF
23	On	"Vätterspelen" (C) arena , NT+	Bott.IF/HaboIF/Hovsl IK
23	On	DM, sen M/K, dag 2 (200, 100/110m häck, tresteg, diskus)	Inlagt i ovan
26	Lö	"Midsommardagsloppet" (D) bland u. 8,4 + 3 km	Kastlösa-Smedb.Intrf.
29	Ti	<u>FOLKSAM GP 2 "Wexio games"</u>	IFK Växjö

JULI

2-4	Fr-sö	"Världsongdomsspelen", arena	Örgryte IS, Göteborg
3-4	Lö-sö	"Bottnarydskastet" (C) arena, IT	Bottnaryds IF
3-4	Lö-sö	<u>EUROPACUPEN MÅNGKAMP (M)</u>	Riga, LAT
3-4	Lö-sö	<u>EUROPACUPEN MÅNGKAMP (K)</u>	Tallin, EST
6	Ti	"Kroppkaksunken" (D) bland u, 9,5+ 4 km	FIK Färjestaden
7	On	"Personliga rekordens kväll" (C), arena, UT+	Oskarshamns SK
8	To	<u>FOLKSAM GP 3 "Sollentuna GP"</u>	Turebergs FK
8	To	<u>LAG-SM</u>	
9	Fr	"Byrundan" (C) asfv, 8+4+1,5 km	Gamleby OK
9-11	Fr-sö	"Öresundsspelen", arena	IFK Helsingborg
13	Ti	"Ölandsspelen" (C), arena, NT+	Högby IF
13	Ti	DM, JDM P19 o VDM 5000m	Inlagt i ovan
13	Ti	JDM F19, UDM P/F 17 3000m o UDM P/F15 2000m	Inlagt i ovan
13-18	Ti-sö	<u>JVM 19</u>	Grosseto, ITA
15	To	<u>FOLKSAM GP 4 "Norrtälje galan"</u>	Råsnäs 4 H, Norrtälje
15	To	"Victorialoppet" (C), asfv, grusv, 9+4,5+2 km	IFK Borgholm
16-18	Fr-sö	"Laxa-spelen", (C) arena UT+	IFK Halmstad
17	Lö	"Hornsjön runt" (C), terr-stig, 11,5+5,5+2,9+1,5 km	Högby IF
17	Lö	"Grevskapsloppet" (D) asf-grusv, 10+3+1,5 km	Visingsö AIS
21	On	"Kalmar sommarspel" (C), arena, NT+	Kalmar SK
21	On	DM, sen M/K, dag 3 (400m, 400m hä,3000m hi, stav, kula, slägga)	Inlagt i ovan
22-1/8	To-sö	<u>VEM STADIA</u>	Århus/Randers, DEN
23	Fr	"Hamninloppet" (D). Asfv, gata. 5,3 km	Oskarshamns SK
24	Lö	"Ölands marathon" (C), asf-väg,	Högby IF
24	Lö	DM o VDM marathon	Inlagt i ovan
25	Sö	"Lönnebergaloppet" (D) grusv, 12,2+5,4+2,5+1,5 km	Hultsfreds LK
25	Sö	"Ölandsjoggen" (D) Bland u, 10+4 km	Persnäs AIF
24-25	Lö-sö	<u>SM I MÅNGKAMP</u>	Wärnamo SK
24-25	Lö-sö	"Rosenbomsspelen", arena UT+	KA 2 IF, Karlskrona
27	Ti	<u>DN-GALAN, int arena</u>	Stadionklubbarna
31-1/8	Lö-sö	"Kräftspelen" (C) arena, UT	Villstads GIF
31-1/8	Lö-sö	UDM 14 o 13	Inlagt i ovan

AUGUSTI

1	Sö	"Hultanasloppet" (D) bland u, 14,5+6,7+3,5+1,7 km	Hultanas SoFK
1	Sö	"Agundaloppet" (D) asf-grusv 10+4 km	Agunnaryds IF
2	Må	<u>FOLKSAM GP 5 "MÅI-galan"</u>	Malmö IF
6-8	Fr-sö	<u>STORA SM</u>	IF Göta, Karlstad
7	Lö	"Sisu-spelen", (C) arena UT+	IK Sisu, Nässjö
7	lö	UDM 12 o "mini-DM" 11 o 10, dag 1	Inlagt i ovan
8	Sö	"Ränneborgsspelen" (C) Arena UT+	Eksjö Södra IK
8	Sö	UDM 12 o "mini-DM" 11 o 10, dag 2	Inlagt i ovan
10	Ti	Kretsmästerskap seniorer o veteraner	Jkp Friidrottskrets
10	Ti	"Personliga rekordens tävling", arena (D) 600 m, 1609 m Växjö LK	

13-15	Fr-sö	STORA JSM, M/K 22-19	Kvarnsvedens GIF
13-15	Fr-sö	STORA USM, P/F 17-15	Falu IK
14	Lö	"Blomsterloppet" (D) Grus-parkväg, 11,4 + 5,7 km	Ålems OK
15	Sö	"Beväringstrampen" (D) grusv, tg, stig, 15 km	Hultsfreds LK
18	On	"Blodomloppet" (C) bland u, 10+5 km	Hovslätts IK
19	To	"Växjö tjejlopp" (D) asfv, gata, 5 km	Växjö LK
20	Fr	"VP-milen" (C) asfv, gata, 10+2+1 km	OK Njudung, Vetlanda
20-22	Lö-sö	STORA VSM	Huddinge AIS
20-29	Fr-lö	OS	Athina, GRE
21	Lö	GÖTALANDSCUPEN, omg 2	
21	Lö	"Festivalloppet" (D) bland u, 4,8 + 1,5 km	SK Graal Strömsnäsbr.
21	Lö	"Oskarshamnsspelen" (C), arena UT+	Oskarshamns SK
21	Lö	"Lindåsloppet" (D) Asfaltv, gata, 7,3+3,9 km	Emmaboda-Verda OK
21	Lö	LAG-USM	Västerås FK
21-22	Lö-sö	NORDISKA JUNIORKAMPEN, M/K 18-19	Espoo, FIN
22	Sö	UDM för klubblag 15,13 o 11, kvalomg. 2, Norra gr.	Eksjö (Högländsklubbarna)
23	Må	UDM för klubblag 15,13 o 11, kvalomg. 2, Södra gr.	IFK Växjö
27	Fr	"Stadsloppet" (D) asfalt väg, gata, 10+5+1,6 km	IFK Sävsjö
28	Lö	"Jönköpings Stadslopp" (C), bland u, 10+5+2+1,5 km	IK Hakarpspojarna
28-29	Lö-sö	JSM -USM i MÅNGKAMP	Nyköping BIS
28-29	Lö-sö	GM 13-14 utomhus	IFK Halmstad
29	Sö	"Glasrikets Nybrostafett" (C) asfv-gat.12+5,6km5+4 str	Glasrikets RC
29	Sö	"Väckelsångsloppet" (C), bl u, 17,7+8,5+4,5+2,3	Väckelsångs IK

SEPTEMBER

3	Fr	"Pangloppet" (D) asf/gata, 6 km	Skillingaryds FK
4	Lö	"Tråddragarrundan" (D) grusv-tgstig, 10+5+3+1,5 km	Gnosjö FK
4-5	Lö-sö	SWE-FIN M/K	Svenska FIF i Göteborg
4-5	Lö-sö	SWE-FIN UNGDOM 17 år	Svenska FIF i Göteborg
5	Sö	"Ostkakelloppet" (D), tg o bland u 18+9+4+2+0,8 km	Fröd-Brantestads SK
11	Lö	SM I HALVMARATHON	Hässelby SK/ Spårv.FK
11	Lö	DM för klubblag, sen M/K, final	IFK Växjö
12	Sö	UDM för klubblag 15,13 o 11, final	Wärnamo SK
11	Lö	"Nya Kalmar Runt" (C) asf, grusv, 6km, 5 str	Kalmar SK
11-12	Lö-sö	JNM, M/K 22	Fredrikstad, NOR
12	Sö	GM i HALVMARATHON (Inlagt i Järnvägsloppet)	IF Udd
12	Sö	"Måleråsloppet" (D) asf, grusv, tg, stig, 8 km	Målerås IF
12	Sö	"Bredarydsloppet" (D) tg-stig, 8+5+3+2,3 km	Bredaryds SOK
17-18	Fr-lö	WORLD ATHLETICS FINAL	Monte-Carlo, MON
17-19	Fr-sö	SKOL-SM	SFIF, Stockholm /S/
18	Lö	VSM MARATHON	IF Göta, Karlstad
18	Lö	"HIK-kampen" (C) arena UT+	Hovslätts IK

19	Sö	"Sunnerboloppet" (C) bl.und. 20+10+5+3,7+ 2 km	LjungbyFIK/FKFinn
19	Sö	"Ulfveloppet" (D) Asfv-gata, 7+2,3+1,3 km	Södra Vi IF
21	Ti	"MFK-stafetten" (C) grus-parkv, 7,5 km ,3 str	Markaryds FK
25	Lö	"Kalmarspelen Ingv Thomssons minne" (C) arena NT+	Kalmar SK
26	Sö	"TAIF-spelen" (C) arena NT+	Tranås AIF FI

OKTOBER

2	Lö	"Sollidenloppet" © asf-gus.parkv, 6 km	IFK Borgholm
2 o 3	Lö-sö	<u>VM i HALVMARATHON</u>	New Delhi, IND
2-3	Lö-sö	DM i Castorama på hemmabanor	
2-3	Lö-sö	DM o JDM 19 o UDM 17, 15 o 14 i mångkamp	
2	Lö	"Gummiloppet" (D) asfv, gata, 8km	Rydaholms GIF
10	Sö	"Storebroloppet" (D) bland u, 10+5+2+1+0,5 km	Storebro SC
16	Lö	"Växjö marathon" (C) asfv- gata,	Växjö LK
17	Sö	"Höglandsloppet" (D) tg-stig, 10+5+2+1 km	IK Sisu, Nässjö

NOVEMBER

14	Sö	<u>NM-JNM TERRÄNG</u>	DEN
----	----	-----------------------	-----

DECEMBER

12	Sö	<u>EM o JEM i TERRÄNG</u>	Heringsdorf, GER
31	Sö	"Anderstorps sylvesterlopp" (D) asf-väg, 10+5 km	Anderstorps OK
31	Sö	"Kalmar sylvesterlopp" (D) asf-väg, 10+5+2+1 km	Högyby IF/Kalmar RC

VÄLKOMMEN TILL

Öland och Persnäs AIF den 31/7 2004

Då arrangerar vi på Solvallen, Hallnäs

ÖLANDSJOGGEN

en tävling för hela familjen.

Dam o herr 10 km	80:-
Dam o herr 4 km	70:-
Ungdomar födda 1987 eller sen	50:-
Ungdomar 2,5 km och 1,5 km	35:-

Anmälan göres på PG 10 79 78-9, Persnäs AIF, Ölandsjoggen, senast 26/7.
 Ange namn, adress, klass och klubbtilhörighet. Upplysningar på kansliet
 0485/251 59. Kansliet öppet mellan 8-12 mån-fre, och genom vår hemsida
www.paif.nu. Minnesplaketter till alla som deltar

FÖRKORTNINGAR I TÄVLINGSPROGRAMMET

VM= Världsmästerskap	UT= Ungdomstävling uteslutande avsedd för juniorer/ungdomar
EM= Europamästerskap	UT+= Ungdomstäv. med vissa seniorgrenar
NM= Nordiska mästerskap	VT= Veterantävling
SM= Svenskt mästerskap	FGP= Folksam Grand Prix
JSM= Svenskt juniormästerskap	V= Vägtävling
USM= Svenskt Ungdomsmästerskap	T= Terrängtävling
VSM= Svenskt veteranmästerskap	(C)= Centralt sanktionerad tävling
DM, JDM, UDM, VDM är distriktsmästerskap efter samma princip	(D)= Distrikts sanktionerad tävling
Ett l= före anger inomhus	V-t= Väg och/eller terräng tävling
LM= Länsmästerskap	M= Män, seniorer
KOM= Kommunmästerskap	K= Kvinnor, seniorer
KRM= Kretsmästerskap	J= Juniorer män o kvinnor
IT= Internationell tävling	P= Pojkar
NT= Nationell tävling med uteslutande seniorgrenar	F= Flickor
NT+= Nationell tävling med vissa grenar också för juniorer/ungdomar och/eller veteraner	Siffror ex 19,17,15 etc, anger ålder i resp. mästerskapstävling eller annan tävling.

VETERANCUPEN I MEDEL/LÅNGDISTANS

Bestämmelser

- Poängberäkning: 7,6,5,4,3,2,1,1, osv i ALLA deltävlingar. (obs endast 4 p vid ensam start)
- För att räknas in i veterancupen måste man deltaga i minst 3 st DELTÄVLINGAR.
- Man måste vara anmäld i veteranklassen för att få räkna poäng.
- 5 bonuspoäng vid delt i samtliga deltävlingar.

Tävlingar:

24 april	Terräng 4000 m	Högyby IF
20 maj	Halvmarathon	Storebro RC
11 juni	10.000 m	Oskarshamn SK
19-20 juni	800 m + 1.500 m	Villstads GIF
13 juli	5000 m	Högyby IF
24 juli	Marathon	Högyby IF

Vandringspris: Uppsatt av "Villstads-Egon" (ständigt vandrande):

Tre deltagare inräknas oavsett klass.

Priser i övrigt: Guld-, silver och bronsmedalj till de tre bästa i resp. klass.

OBS Arrangör! Resultattistor alltid till Annlis Hellsten, Hovhällesv. 20, 572 40 Oskarshamn.

OBS! – NI SOM INNEHAR SMÅLANDSREKORD FÖR VETERANER

Ni kan beställa rekordplaketter! (Mot egen kostnad)
rekv. beställningsblankett från
Smålands FIF, Box 4026, 561 04 HUSKVARNA.

Uppsatta vandringspriser

Det finns flera priser att tävla om.

1. **Eric Walls** ständigt vandrande (tills styrelsen ev. bestämmer annorlunda) pris till bästa DM-förening. Utgår till förening som under året samlat flest antal poäng efter följande bestämmelser: DM för seniorer=6, 5, 4, 3, 2, 1. JDM 19=5, 4, 3, 2, 1 UDM 17 och 15=4, 3, 2, 1. UDM, "mini-DM" och Veteraner=3, 2, 1. Omfattar **alla åldersklasser, alla grenar, individuellt o lagtävling, manliga och kvinnliga.**
2. **Rune Ohlssons** vandringspris till bästa kastarflicka under året. Utses efter avslutad säsong av "jury".
3. **Skillingaryds FK:s vandringspris 5.000/10.000 för män** Nytt fr.o.m. 1998. Ind. till bäste på de båda sträckorna sammanlagt lägsta platsiffra. Vid samma skiljer bästa placering och, i andra hand sammanlagd tid. Erövrar för alltid vid 5 in-teckningar.
4. **"Villstads-Egons"** vandringspris i VETERAN-CUPEN. (Föreningar satsa mer medvetet att få tre veteraner att fullfölja veterancupen! De bildar laget för vandringspriset.) Alla åldersklasser ingår, M och K.
5. **Fabbe Biörcks SPRINTERPOKAL** vid stora DM män. 100, 200 och 400 m.
6. **"Villstads-Vanjas" SPRINTERPOKAL** dito för kvinnor.
7. **Wärnamo SK:s KASTPOKAL** vid stora DM män alla kast ingår.
8. **Wärnamo SK:s KASTPOKAL** dito för kvinnor.

ONSDAGEN DEN 26 MAJ 2004

är det dags för motionsloppet för enbart tjejer

Drottning MARGARETA-Loppet

Med start vid – och målgång på Kalmar Slott.

Loppets start är klockan 19.00

Årets största idrottsarrangemang i Kalmar Län med

uppemot 5000 deltagande kvinnor.

Anmäl senast 7 maj till PG-nr 114261-1

Anmälningsavgift 130 kronor.

Anmäler ni er fem tillsammans och få en trevlig

picknickkasse att dela vid målet

VÄLKOMNA!

KALMAR SK-FRIIDROTT

B R E D A R Y D S S O K

INBJUDER TILL 32:e

BREDARYDSLOPPET

Söndagen den 12 september 2004

Start och mål vid Rocknevallen, Bredaryd.

Start kl. 10.00

- 8 km:** M21, M40, M50, M60, K21, Motion M/K
5 km: P16, F16 + Gå och Jogga
3 km: P14, P12, F14, F12
2 km: P10, F10, P8, F8

Anmälan senast den 3/9-04 till Bredaryds SOK
Box 44, 330 10 BREDARYD.

PG. 11 96 58-3, Fax 0370/805 76

Upplysningar: Lars Göran Larsson Tel. 0370/807 23



Eksjö Södra Idrottsklubb



*arrangerar följande tävlingar
under 2004*

28 maj EKSJÖ STADSLOPP

9 juni EKSJÖ 04

8 aug RÄNNEBORGSSPELEN

Upplysningar

Roland Gustafsson, 0381/61 15 00, 070 - 62 72 623



Välkommen till **BLODOMLOPPET** i Jönköping



Hovslätts IK har äran att för sjunde gången tillsammans med Blodcentralen arrangera Blodomloppet i Jönköping.

Alla är välkomna. Starten går kl. 18.30, den 18 augusti vid Idrottsplatsen Ryhov där även målet är. Du kan välja att **gå, lunka eller springa 5 eller 10 km** med klassindelning för **damer och herrar**. **Nytt** för i år är promendklass 5 km utan tidstagning. Alla som fullföljer får T-shirt och medalj. Prisutdelning direkt efter loppet.

Anmäl er gärna i ett lag om 5 personer där en **picknickkasse** från ICA ingår i sartzavgiften. **Nytt** i år för laganmälan är att det är valfritt inom laget att välja 5 eller 10 km.

Startavgiften är 140 kronor för individuell anmälan och 800 kronor för lag. Registrerad blodgivare, innehavare av ICA Kundkort och ungdom födda -88 och senare erhåller 40 kronor rabatt. Rabatterna kan ej kombineras. Om minst tre deltagare i laget är blodgivare eller innehar ICA Kundkort är startavgiften 650 kronor.

Anmälan Fyll i det förtryckta inbetalningskortet i inbjudan och sätt in startavgiften **senast 4 augusti**. Anmälan kan också göras via vår hemsida **www.blodomloppet.com** eller direkt **hos Blodcentralen på Ryhov**. Du kan även anmäla dig och betala direkt vid starten mot en förhöjd avgift på 50 kronor. Lag kan ej efteranmälas. Direktanmälan måste ske senast en timme före start.

Nummerlappar hämtar du fr.o.m. 14/8 på Intersport A6. Närmare information en vecka före loppet. Var beredd att visa upp ICA Kundkort

Vill du veta mer. Titta in på vår hemsida www.blodomloppet.se eller ring blodomloppets servicetelefon 036-310547 eller Hovslätts IK:s kansli tel 036-75349. Hovslätts IK Friidrott C/o Ingrid Bjelm, Hagens väg 26, 556 26 Jönköping. Tel och fax 036-757 81.



BOKA 21 JULI 2004

Då är det dags för

KALMAR SOMMARSPEL

En nationell tävling med senior- och ungdomsklasser.

Kalmar SK - Friidrott

FÖRTJÄNSTUTMÄRKELSE I FRIIDROTT FÖR LEDARARBETE

Svenska Fri-idrottsförbundet utdelar
DIPLOM, FÖRTJÄNSTMÄRKET och FÖRTJÄNST-
MEDALJ i SILVER.

Smålands Fri-Idrottsförbund utdelar FÖRTJÄNST-
NÅL i SILVER och GULD + FÖRTJÄNSTPLAKET-
TEN. *Begär upplysningar av Smål. FIF.*



TRÅDDRAGARRUNDAN

Lördagen den 4 sept -04 vid Töllstorpshallen i Gnosjö

Klasser: M23, M40, M50, M60, K23, K40, P18,
F18, P16, F16, P13-14, F13-14, P11-12,
F11-12, P9-10, F9-10, P8, F8

Banlängd: Bana 1: 10.500 m. Bana 2: 5.000 m
Bana 3: 3.000 m, Bana 4: 1.500 m

Anmälan: Senast fredagen den 27 augusti till:
Gnosjö FK, Fritidsvägen, 335 32 Gnosjö
Fax 0370/926 70

Efteranm: Till kl. 13.00 tävl. dagen mot en extra av
gift av 25:-, 1:a start 13.30.

Avgifter: Bana 1: 75:-, bana 2-4 och motion: 30:-.
Insättes på Gnosjö FK:s pg 41 23 69-1
samtidigt med anmälan.

Regler: Deltagare i tävl. klass skall tillhöra klubb
som är ansluten till Sv. Friidrottsförbundet.

Upplys: Christer Park 0370/998 37
Ingvar Lundberg 0370/821 17
Ake Nilsson 0370/224 93

*VÄLKOMNA ALLA "LÅNGSKUBBARE"
till den 37:e Tråddragarrundan!*

Gnosjö Friluftsklubb



Rekv. från Smålands FIF, Box 4026, 561 04 HUSKVARNA

Jubiléumsskriften 1955-94. Äldre statistik etc.

Föreningar och enskilda som vill komplettera sitt arkiv.

ÖNSKAR DU BESTÄLLA?

JUBILEUMSSKRIFT Smålands FIF 1955-9425:-
Smål. FIF:s KALENDER tid. årgångar5:-
SMÅLANDS-BÄSTA 1978 o tid.5:-
SMÅLANDS-BÄSTA senare än 197815:-
ÅRSBERÄTTELSE10:-
100-bästa genom tiderna M/K50:- + 50:-
DM-Segrare genom tiderna MS/KS/MJ.....
.....75:-pr st. alla tre 200:-

LOKALRADION/TV

*Lämna information om Edra arrangemang före och efter.
Lokalradion vill gärna ha det!*

RADIO JÖNKÖPING

551 92 Jönköping, tel. 036/30 50 00, fax 30 50 05
hemsida: www.sr.se/jonkoping, epost: sporten@jkpg.sr.se

RADIO KRONOBERG

Box 62, 351 03 Växjö, tel. 0470/72 60 50, fax 72 60 60
hemsida: www.sr.se/kronoberg, e-post: sporten@kron.sr.se

RADIO KALMAR

391 83 Kalmar, tel. 0480/45 80 00, fax 295 55
e-post: sport@kalm.sr.se

SV.TV. "SMÅLANDSNYTT"

Box 3050, 350 33 Växjö, tel. 0470/77 88 00, fax 77 88 10
e-post: smalandsnytt@svt.se

Minneslista för RESULTATLISTOR

EFTER VARJE FRIIDROTTSTÄVLING
stor som ett SM eller liten som en klubbtävling
**SKALL ARRANGÖREN SAMMANSTÄLLA EN FULL-
STÄNDIG RESULTATLISTA FÖR TÄVLINGEN.**

**I ALLA RESULTATLISTOR MÅSTE FÖLJANDE
SAKER FINNAS ANGIVNA:**

Tävlingsplats, Tävlingsdatum, Arrangör, Tävlingsledare, Vindförhållande
Samtliga resultat inkl. försök etc. Födelseår på delt. (Kräv uppgift vid AN-
MÅLAN!) **OBS Nytt! Vikt, häckhöjder utsättes vid kast o häckgrenar.**

RESULTATLISTA FÖR TÄVLING SKALL SNARAST

(om möjligt inom 8 dagar, kan ske per e-post, men **EJ** genom hemsida)
SÄNDAS TILL:

1 ex till

- **SFIF STATISTIK**, Box 11, 171 18 SOLNA
- **VARJE DISTRIKTSFÖRBUND** som har deltagare med!!!
- **SMÅLANDS FIF**, Box 4026, 561 04 HUSKVARNA. (Alla listor)
- **VARJE FÖRENING** som har deltagare med

OCH TILL RESULTATSAMLARNA MYCKET VIKTIGT:

(ej terräng/långlopp, **dock maraton och halvmaraton.**

- **STEFAN CARLSSON** Torggränd 1, 4 tr, 553 20 JÖNKÖPING,
(**K, F19, F17, F15, F14, F13, F12**) Kan även faxas: 036/12 96 59 och
epostas: smfif.stefan@swipnet.se
- **KETTIE GUSTAVSSON** Öinfarten 2, 360 53 SKRUV
(**M, P19, P17, P15, P14, P13, P12**) Kan även faxas:
0478/202 51 och epostas: kettie.gustavsson@swipnet.se
- **GÖRAN GRABERG**, Svalöv. 7B, 571 73 STENSJÖN
(**Ungdom: P/F11 och P/F10**) Kan även faxas: 0380/914 11
eller epost: goran.graberg@stensjon.se
- **BO BJÖRKHOLM** Skorstengsgatan 112, 393 63 KALMAR
och epostas till: kalmarbo@telia.com
(**Arena: M o K 35 år o äldre**) ej väg (**maror**)
- **ALLAN HENRIKSSON**, Svarttorp, 560 28 LEKERYD
(**M/K 35 o.ä. alla maror, väg**) Kan även faxas 036/810 18
och epostas: allan.henriksson@swipnet.se

**SLARVA EJ MED RESULTATLISTOR
BEAKTA DET SOM STÅR OVAN**

REGLER FÖR SANKTION

och hur olika tävlingar anses sanktionerade.

Enligt styresbeslut 85-12-12 gäller följande för att TÄVLING skall vara sanktionerad (Så att distriktsrekord kan noteras ex.vis).

TÄVLINGAR som är sanktionerade genom Smålands Fri-Idrottsförbund: **Arenatävling/inomhustävling:**

S.k. distriktstävling (Kan vara deltagare från hela landet), olika åldersklasser. Under denna rubrik även mindre distriktstävlingar etc. Sanktion sökes skriftligt med angivande av tävlingsdatum, klasser, grenar, m.m. hos tävlingskommittén **c/o Carl-Gustaf Nilsson, Vädursvägen 2, 393 51 KALMAR, tel. 0480/285 39, fax. 0480/124 13.**

Sanktionsavgift 100:—, som insändes medelst det inbetalningskort som medföljer sanktionsbeviljandet. OBS! att detta gäller även ifall ni vill arrangera en större inomhustävling med ungdomsklasser, juniorer och seniorklasser.

Under denna rubrik sökes alltså alla tävlingar som ni vill ha sanktionerade för att eventuella rekord skall gälla etc.

Ungdomstävling. I fall förening vill anordna ungdomstävling lite mera internt — men som dock är öppen för andra än klubbens egna aktiva, **kan den sanktioneras** genom att ni söker sanktion. Detta gäller både utom- och inomhus. Ingen sanktionsavgift för denna tävlingsform, som räknas som propaganda/rekryteringstävling. **Detta gäller för tävling med ungdom 17 och under**, och rekord i dessa åldersgrupper kan godkännas. Äldre aktiva **kan** delta "utom ungdomstävlingen" men rekord kan inte godkännas. **Då måste tävlingen vara sanktionerad enligt ovan för äldre.**

DM/UDM/VDM — arrangemang=ingen sanktionsavgift.

LM, kommuns — kretsmästerskap kan anordnas, men skall för att gälla såsom sanktionerad tävling, där rekord kan sättas, **sanktionsanmälas!** till tävlingskommittén, adr. som ovan. Alltså: glöm inte att anmäla ifall ni inom ett län, en kommun eller en krets vill anordna mästerskap, som skall vara sanktionerade. Ingen sanktionsavgift här.

Väg/terrängtävling NAToch – DISTRIKTS

Här sanktioneras tävlingar med över 200 deltagare ind. (50 stafettlag) av Svenska Friidrottsförbundet **och övriga av Smålands Friidrottsförbund.** Sanktionsansökningar skall vara inne **senast 15 okt.** och de till Sv. FIF skall gå genom Smålands FIF för till- eller avstyrkande. Sanktionsavgifter är alltid viss procent på anmälningsavgifterna för fullföljande i loppet.

Anm. Sanktion/anmälan göres 10 dagar innan tävling (senast).

Övriga tävlingar, som anordnas betraktas såsom klubbtävlingar/och matcher och resultat från sådana arenatävlingar kan räknas till årsstatistik och till "poängjakten" inom Smålands distrikt men ej godkännas som smål. rek.

PM för DM-tävlingar

Mästerskap för Smålands distrikt arrangeras varje år.

Mästerskapen indelas i: 1. "**OFFICIELLA**" DM (Där RF:s DM-tecken utdelas till segrare och i: 2. "**INOFFICIELLA**" DM (Där Smålands FIF:s fastställda DM-tecken utdelas till segrare.)

Förkortningar vid distriktsmästerskap: DM=senior, JDM= junior-DM, UDM=ungdoms-DM, VDM=veteran-DM och IDM=inomhus-DM. M=män, K=kvinnor, P=pojkar, F=flickor.

UTLYSNING/INBJUDAN

Arrangerande förening skall sända **skriftlig inbjudan** cirka en månad innan tävlingsdagen, till **Föreningar klassade såsom AKTIVA A** (Se Smålands Fri-Idrottsförbunds årligen utgivna KALENDER) och vid terräng-DM, 10.000 meter, 5.000 meter kvinnor, maraton och halvmaraton även till föreningar klassade såsom **AKTIVA B**. OBS: Inbjudan skall "för kännedom" sändas även till SMÅLANDS FIF, Box 4026, 561 04 HUSKVARNA och till tävlingskommitténs ordf. CARL-GUSTAF NILSSON, Vådursvägen 2, 393 51 KALMAR. Lämpligt är att annons även insättes i tidn. FRIIDROTT, som är off. organ för friidrotten.

ANMÄLAN

till DM-tävling **skall göras skriftligt** och vara arrangör tillhanda **senast tio dagar före tävlingsdagen**. Dock skall anmälan som är poststämplad minst elva dagar före tävlingsdag godkännas. **EFTERANMÄLAN mot dubbel avgift, kan godkännas av arrangören.**

PRISER

Vid off DM: RF:s mästerskapstecken till segrare, Smålands FIF:s silver- resp. bronsmedalj till tvåa och trea.

Vid inoff DM: UDM=Smålands FIF:s medalj i guld, silver och brons till segrare, resp. tvåa och trea. VDM=Smålands FIF:s medalj i guld, silver och brons till segrare resp. tvåa och trea. **DM/UDM FÖR KLUBBLAG**=Smålands FIF spec. medalj i guld, silver och brons till samtliga deltagare finaldagen till resp. 1-a, 2-a och 3-e lag. I ev. B-finaler vid de inoff DM-en (t.ex. UDM/KLUBBLAG) utdelas **Smålands FIF:s diplom** till de främsta lagen.

Vid lagmästerskap (Stafetter och lagtävling i terräng) — skall tecken tilldelas även föreningen.

Arrangör står för alla kostnader i samband med DM-tävling, alltså även priser (Undantag för DM/UDM för klubbtag, där Smålands FIF står för priskostnaden).

OBS: Om DM-arr. gått med förlust kan ekonomiskt bidrag sökas hos Smålands FIF enligt styrelsebeslut

ANMÄLNINGSavgifter

Arrangör äger rätt att uttaga följande anmälningsavgifter, som skall erläggas **samtidigt** med anmälan: (per delt. och gren)

Arena, inom- och utomhus (utom 10.000 m)

16 år o äldre=	50:–
13, 14 o 15 år=	30:–
12 år o yngre=	25:–

Arena 10.000 m, Terräng, Hel- o halvmarathon

16 år o äldre=	70:–
13, 14 o 15 år (terräng)=	30:–
12 år o yngre ("Mini", Terräng)=	25:–

Stafetter

16 år o äldre för lag=	120:–
15 år o yngre=	100:–

Mångkamp

16 år o äldre=	120:–
13, 14 o 15 år=	60:–
12 år o yngre (Mini)=	50:–

DM/UDM klubbtag

100:– per lag (till Smålands FIF)

Efteranmälan 2 ggr. ordinarie avgiften.

OBS!

När DM/VDM är inlagt i annan tävling. (Marathon, Halvmarathon) gäller att man särskilt kan anmäla sig till DM och inte behöver delta i och få plac. i loppet i övrigt. Om man deltar i loppet i övrigt är man dock med i DM/VDM **automatiskt** ifall man är anmäld för en förening som är ansluten till Svenska FIF/Smålands FIF. Arrangör får innan tävlingen kolla upp detta och "märka" varje deltagare med klass/klasser (Veteran är automatiskt med även i seniorklass enl. Smålands FIF:s särskilda beslut).

ANTAL ANMÄLDA/STARTANDE FÖR ATT DM-TECKEN SKALL UTDELAS

Vid de officiella DM-en, där RF-tecknet utdelas måste **minst två tävlande** starta — för att mästerskapstecken skall kunna delas ut. Vid endast en start får denne delta och hans/hennes resultat noteras men **tecken ej utdelas**.

Vid de inofficiella DM-en som fastställts av Smålands FIF gäller följande:

Anm. P.g.a. att man numera kan efteranmäla sig har det tidigare att tävling skall avlysas vid en anmälan borttagits.

Vid UDM/VDM, behöver **endast en vara anmäld eller komma till start** i resp. åldersklass för att mästerskapstecken skall utdelas. Ingen flyttning till lägre åldersklass skall förekomma i VDM.

RESULTATLISTA

Efter hällen mästerskapstävling skall arrangör upprätta **fullständig resultatlista**. Resultatlista skall utsändas till berörda. (Ett ex. till: Svenska FIF, Statistikkommittén, Smålands FIF kansli, Smålands FIF:s statistikförare och till deltagande föreningar.) Kan sändas per fax och e-post (Dock gäller inte att resultatlista endast utlägges på arrangörs hemsida).

Se Minneslista för resultatlistor här i kalendern.

Anm. Var noga med att **födelseårtalet skall anges** på deltagarna — **helst även i terräng-DM!** Det senare för att man skall se att deltagare hamnat i rätt åldersklas. Vid maraton/halvmaraton **skall** födelseår anges. Vid DM/VDM inlagt i annan tävling kan lämpligen placering vid DM sättas i kolumner för seniorer och olika veteran-klasser efter namn, klubb och tid, så behöver inte namnet upprepas mer än en gång. Vid DM-tävling uträknas och publiceras även poäng.

TÄVLINGSJURY och SMÅLANDS FIF:s REPRESENTANT

Om Smålands FIF utsett representant för förbundet vid DM-tävling, skall denne ingå i utsedd tävlingsjury. Denne skall erhålla tävlingsinbjudan personligt till DM-tävlingen och ev. i förväg utsänt tidsprogram.

OBS! ANGÅENDE ÖVERBLIVNA DM-TECKEN OBS!

Överblivna DM-tecken får **återsändas till Smålands FIF**, Tävlingskommittén — Ove Davidsson, Svengårdsdv. 25, 342 34 ALVESTA — varefter förbundet avräknar dessa vid faktura på utsända DM-priser.

OBS! Medsänd därvid alltid resultatlista (inom 7 dagar).

UTLÄNDSK MEDBORGARE

som tävlar för Smålandsklubb äger rätt att delta i JDM 18 och UDM, under förutsättning att vederbörande äger rätt att delta i annan sanktionerad tävling. För DM M/K och JDM M/K 22 gäller dock motsvarande regel som för SM, som betyder vistelse i Sverige 2 år.

ÖVRIGA BESTÄMMELSER

I övrigt gäller Svenska Fri-Idrottsförbundets TÄVLINGSREGLER I FRI-IDROTT beträffande representation vid DM m.m. Se även FRIIDROTTSBOKEN.

GRENAR OCH KLASSER VID DM, JDM, UDM och VDM 2004

UTOMHUS

DM, JDM, UDM och VDM i terränglöpning

Endagsarr. Åldersbundet utom i sen.M/K (I sen.klass måste deltagare fylla minst 16 år under året) 24/4 Arr:Högby IF

M/K, P/F 19, F/F 17, P/F 15, P/F 14 och VET = 4000m

P/F 13, P/F 12 = 2000 m

P/F 11/10 = 1000 m

M = 12.000 m

K = 8.000 m

Senior-DM dag 1

Endagsarr. 15/5. Arr: Skruvs IF (Inlagt i Marknadsspelen)

M/K = 100m, 800m, höjd, längd, spjut. Öppet för alla åldrar.

DM/VDM i halvmarathon

Endagsarr. 20/5 Arr: Storebro SC (Inlagt i Vimmerbyloppet

M och K. M35 o.s.v upp till M80. K35 o.s.v. upp till K75

Senior-DM 1500m

Endagsarr. 25/5. Arr : Jönköpings Friidrottskrets (Inlagt i Råslättspelen)

M/K = 1500m. (Öppet för alla åldrar)

DM och UDM 17, 15 och 13 i stafett

Endagsarr. Åldersbundet utom i M/K.

5/6. Arr: IFK Växjö

(Inlagt i Smålands Ungdomsspel)

M/K = 4x100m, 4x400m. M= 4x1500m, K= 3x1500m

P/F 17 och P/F 15 = 4x100m , 3x800m,

P/F 13 = 4x80m, 3x 600m.

Obs åldersbundet utom i M/K.

Gäller U17, 15 och 13 En och samma ungdom får deltaga i endast en åldersgrupp, men äger rätt att starta i högre klass för att fylla ut ett lag. Dock måste laget innehålla minst 2 aktiva ur aktuell åldersklass. Därtill kommer rätten att starta i M och K.

DM o VDM 10.000m

Endagsarr. 11/6.

Arr: Oskarshamns SK

M/K, M/K 35 i 5-årsintervaller uppåt till 80 resp. 75= 10.000m

Löps i seedade heat. Tiderna avgörande för plac.

UDM 13, 12 och "Mini-DM" 11 o 10 i mångkamp

Endagsarr. Åldersbundet.

12/6 Arr: Tranås AIF FI

P 13 o 12: Femkamp (60 m häck, längd, boll, höjd, 600m)

F 13 o 12: Femkamp (60 m häck, höjd, boll, längd, 600m)

P/F 11: Femkamp (60 m, höjd, boll, längd, 600m)

P/F 10: Trekamp (60 m, längd, boll)

JDM 19 o UDM 17 o 15

Tvädagsarr. Åldersbundet.

19-20/6. arr: Villstads GIF

Alla klasser: 100 m, 200 m, 800 m, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, spjut, slägga.

P/F 19-17: 1500 m, 100/110 m häck, 300 m häck,

P 19-17: 2000 m hinder

F 17-17, P 15: 1500 m hinder

P15: 100 m häck

F 15: 80 m häck

Stora VDM

Tvädagsarr. Åldersbundet.

19-20/6. Arr: Villstads GIF

M 35 o.s.v upp till M80

Dag 1: 100 m, 400 m, 1500 m hinder(M35-M55), 2000 m hinder (M60-),

80 m häck (M70-) 110 m häck (M35-M45), höjd, längd, kula, spjut.

Dag 2: 200 m, 800 m, 300 m häck(M60-), 400 m häck, (M35-M55), stav, tresteg, diskus, slägga, stafett 4x100m.

K35 o.s.v. upp till K75

Dag 1: 100 m, 400 m, 1500 m, 80 m häck (K40-), 100 m häck (K35), höjd, längd, kula. Spjut.

Dag 2: 200 m, 800 m, 300 m häck (K55-), 400m häck (K35-K45), stav, tresteg, diskus, slägga, stafett 4x100 m

Senior-DM, dag 2

Endagsarr.

20/6. arr. Botten IF-Habo IF- Hovslätts IK (Inlagt i Vätterspelen)

M/K: 200 m, 110/100 m häck, tresteg, diskus. (Öppet för all åldrar)

DM, JDM, VDM 5000 m, JDM F19, UDM P/F17, 3000 m, UDM P/F 15 2000 m

Endagsarr.

13/7. Arr: Högby IF (Inlagt i Ölandsspelen)

M/K, P19, Vet: 5000 m

F19, P/F 17 : 3000 m

P/F 15: 2000 m

Åldersbundet utom i M/K

Senior-DM, dag 3

Endagsarr. 21/7. arr: Kalmar SK (Inlagt i kalmar Sommarspel)
M/K: 400 m, 400 m häck, 3000 m hinder, stav, kula, slägga. (Öppet för alla åldrar)

DM o VDM marathont

Endagsarr. 24/7. Arr. Högby IF (Inlagt i Ölands marathont)
M/ K, M35 osv upp till M80, K35 osv. upp till K75 Ålderbundet utom i MK

UDM 14 o 13

Tvådagarsarr. Åldersbundet. 31/7- 1/9. Arr: Villstads GIF (Inlagt i Kräftspelen)

Dag 1: P14: 300 m, 800 m, 100 m häck, höjd, tresteg, kula, diskus.

Dag 1: F14: 300 m, 800 m, 80 m häck, stav, längd, slägga, spjut.

Dag 1: P13: 600 m, 60 m häck, höjd, tresteg, kula, diskus.

Dag 1: F13: 600 m, 60 m häck, stav, längd, slägga, spjut.

Dag 2: P14: 100 m, 2000 m, 300m häck, stav, längd, slägga, spjut

Dag 2: F14: 100 m, 2000 m, 300m häck, höjd, tresteg, kukla, diskus.

Dag 2: P13: 80 m, 1500 m, stav, längd, slägga, spjut.

Dag 2: F13: 80 m, 1500 m, höjd, tresteg, kula, diskus.

Obs: Max 3 grenar per dag.

UDM 12 och "Mini-DM" 11 o 10. dag 1

Endagsarr. Åldersbundet. 7/8. arr. IK Sisu (Inlagt i Sisuspelen)

P/F 12: 200 m, 60 m häck, stav, längd, diskus, spjut.

P/F 11: 60 m häck, höjd, spjut

P/F 10: 60 m, höjd, kula

UDM 12 och "Mini.DM" 11 o 10, dag 2

Endagsarr. Åldersbundet. 8/8. arr: Eksjö södra IK (Inlagt i Ränneborgsspelen)

P/F 12: 80 m, 1500 m, höjd, tresteg, kula, slägga.

P/F 11: 60 m, 600 m, längd, kula.

P/F 10: 600 m, längd.

Gäller UDM 12 etc dag 1 och 2 ovan.

Max tre grenar per dag. Alla får endast fyra försök i längd, tresteg och kast. Alla får fortsätta även om det är mer än åtta i en gren. I löpning med försök och final ordnas A, B, C etc finaler. Alla frå springa två lopp.

DM, JDM, UDM 17, 15 o 14 i mångkamp.

Tvådagarsarr.

2-3/10. Arr: ?

- M, P19:** Tiokamp 1: 100 m, längd, kula, höjd, 400 m,
2: Hä 110 m, diskus, stav, spjut, 1500 m
- P17:** Tiokamp 1: 110 m hä, diskus, stav, spjut, 300 m.
2: 100 m, längd, kula, höjd, 1000 m
- P15,P14:** Åttakamp 1: 100 m hä, diskus, stav, spjut,
2: längd, kula, höjd, 800 m
- K, F19, F17:** Sjukamp 1. Häck 100 m, höjd, kula, 200 m,
2: längd, spjut, 800 m
- F15, F14:** Sexkamp 80 m hä, höjd, kula,
2: längd, spjut, 600 m)

DM i Castorama 2-3/10

Föreningars arrangemang på hemmabanor dessa båda dagar räknas resultaten ihop till ett inoff. DM

M/K. Ind. Och lag.

OBS angående DM/VDM i maratathon och halvmarathon.

När DM/VDM är inlagt i annan tävling gäller att man särskilt kan anmäla sig till DM och inte behöver delta i och få plac. I loppet i övrigt.

Om man deltagare i loppet i övrigt är man dock med i DM o VDM automatiskt ifall man är anmäld för en förening som är ansluten till Svenska FIF / Smålands FIF.

Arrangör skall innan tävling kolla upp detta och "märka" varje deltagare med klass/Klasser (Veteran är automatiskt med även i seniorklass enl. Smålands FIF:s särskilda beslut.

FÖR INOMHUS 2005 PLANERAS:

Stora IDM M/K o IVDM 800 m och 3000 m

Endagsarr. (Ev 2-dagars)

M/K: 60 m, 800 m, 3000 m, 60 m häck, längd, tresteg, höjd, stav, kula.

M/K 35-80: 800m, 3000m

IJDM 19 o IUDM 17+ DM, IJDM 19, IUDM 17,15,14 i mångkamp.

Tvådagarsarr.

P/F 19 o 17: 60m, 1500m, 60m häck, längd, tresteg, kula

IUDM 15,14 o 13

Endagsarr.

P/F 15,14 o 13: 60 m, 60 m häck, längd, kula.

IUDM 15,14,13,12 o "Mini-DM" 800m, 1000 m, stav o tresteg

Endagsarr.

IUDM 12 o "Mini-DM" 11 o 10.

Endagsarr.

P/F 12, 11: 60 m, 60 m häck, längd, höjd, kula

P/F 10: 60 m, längd, höjd, kula

IVDM

Endagsarr.

M/K 35-80: 60 m, 60 m häck, längd, höjd, kula

OBS I åldrarna 12 o yngre är att uppmärksamma att endast fyra försök skall göras.

GRENAR OCH KLASSER VID KLUBBLAGS DM OCH UDM 2004

DM för klubblag

MÄN

Kvalomgång 1/5 Final 11/9

Arr. IK Södra IK (norra gruppen), Kalmar SK (södra gruppen)

Norra Gruppen

MÄN

Eksjö Södra IK

IK Hakarpspojarna

Hovslätts IK

Lekeryd-Svarttorps SK

OK Njudung

IK Sisu

KVINNOR

Eksjö Södra IK

IK Hakarpspojarna

Hovslätts IK

Lekeryd-Svarttorp SK

IK Sisu

IFK Växjö

Grenar kvalomg: 100 m, 400 m, 1500 m, 5000 m, 110 m häck, höjd, längd, stav, kula, diskus, spjut, stafett 1000 m.

Grenar final: lika med kvalomgången plus 200 m, 800 m, 400 m häck, hinder 3000 m, tresteg och slägga.

Finalregler män: 1:an, 2:an och 3:an i varje grupp till final.

Södra Gruppen

MÄN

Kalmar SK

Oskarshamns SK

Skruvs IF

Södra Vi IF

Villstads GIF

IFK Växjö

KVINNOR

FIK Färjestaden

Kalmar SK

Oskarshamns SK

Södra Vi IF

Villstads GIF

Grenar kvalomgång: 100 m, 400 m, 1500 m, 5000 m, 100 m häck, längd, höjd, stav, kula, diskus, spjut, stafett 1000 m.

Grenar final: lika med kvalomgången plus 200 m, 800 m, 400 m häck, tresteg och slägga.

Finalregler kvinnor: De två främsta från varje grupp och de därefter två främsta lagen i poäng efter int. poängtabellerna män 1964 och kvinnor 1971.

UDM för Klubbtag 15,13 och "MiniDM för klubbtag"**NORRA GRUPPEN:**

1= 19/5 arr. Jpg Fridrottskrets. 2= 22/8 Eksjö

	P15-14	F15-14	P13-12	F13-12	P11	F11
Eksjö Södra IK	1	1		2	1	1
Habo IF		1	1	1	1	1
IKHP	1	1	1	3	1	2
Hovslätt	1	1	1	1	1	1
LSSK	1			1	1	
IK SISU		1	1	1		1
Stensjöns IF	1		1		1	1
Södra VI IF		1				
Tranås AIF	1			1	1	2
OK Hjorten		1				
Värnamo SK	1			1		1
	7	7	5	11	7	10
Antal lag till Final	3	3	2	3	3	3

SÖDRA GRUPPEN:

1= 22/5 arr. Kalmar SK. 2= 23/8 IFK Växjö

	P15-14	F15-14	P13-12	F13-12	P11	F11
Villstad GIF	1	1	1	1	1	1
Södra VI IF				1		
IFK Växjö	2	3	3	5	2	4
Skruvss IF		1			1	
Kalmar SK	1	1	1	1	1	1
Högby IF	1		2	1	1	1
Färjestaden	1	1	1	1		1
IK Hinden			1	1		1
	6	7	9	11	6	9
Antal lag till Final	3	3	4	3	3	3

GRENAR**POJKAR och FLICKOR 15****Match 1:** 100 m, 800 m, 80/100 m hä, längd, tresteg, kula, spjut, stafett 4x100 m**Match 2:** 100 m, 300 m, 2000 m, stav, höjd, diskus, slägga, stafett 4x100 m**Final:** 100 m, 800 m, 2000 m, 100 m hä, höjd, längd, tresteg, spjut kula diskus, stafett 4x100 m**POJKAR och FLICKOR 13****Match 1:** 80 m, 600 m, 60 m hä, höjd, tresteg, kula, spjut, stafett 4x80 m**Match 2:** 80 m, 200 m, 1500 m, stav, längd, diskus, slägga, stafett 4x80 m**Final:** 80 m, 200 m, 1500 m 60 m hä, höjd, längd, tresteg, kula, diskus, spjut, stafett 4x80 m**POJKAR och FLICKOR 11****Match 1:** 60 m, 600 m, 60 m hä, höjd, längd, kula, spjut, stafett 5x60 m**Match 2:** 60 m, 200 m, 1500 m, höjd, tresteg, kula, diskus, stafett 5x60 m**Final:** 60 m, 600 m, 60 m hä, höjd, längd, tresteg, kula, diskus, spjut och stafett 5x60 m

PM för DM/UDM, KLUBBLAG

Varje deltagare äger rätt deltaga i **två grenar plus stafett** i samtliga åldersgrupper.

Varje lag ställer upp med **en deltagare per gren** individuellt.

I män och kvinnor får **alla åldersklasser deltaga**.

I UDM får deltagare **gå upp i högre åldersklass** ifall man vill fylla ut ett äldre lag. Deltagare får dock **inte byta lag eller åldersklass** i andra kvalmatcher i förhållande till den första. Ett lag måste bestå av minst tre deltagare.

I finalmatch **får deltagare byta lag och åldersklass** i förhållande till kvalmatcher-na. Lagbyte gäller ju endast de som har 2 lag. I finalmatch kan ungdom 16, 14 o 12 endast deltaga i **en** åldersklass men kan dessutom deltaga i M/K.

Poängberäkning: Efter antalet deltagande lag matchdagen. (Alltså **inte** efter anmälda eller ex.vis. i första matchen deltagande lag) vid 6 lag = 6, 5, 4, 3, 2, 1.

OBS nytt fr.o.m. 2002: Endast 4 försök vid UDM för klubbtag (mot tidigare 6) i längd och tresteg samt i samtliga kast. Detta gäller vid både kvalomgång och final. Skulle vid match lag stanna på samma poäng, avgör antal grensegrar, därefter plac. i avslutande stafetten.

Arrangör sänder inbjudan till deltagande klubbar i god tid och inbjudna lag **har skyldighet lämna** laguppställning senast 2 dagar innan match. Det är ett önskemål att **tidsprogram** angives i inbjudan till match i DM/UDM klubbtag!

Strykningsavgift: Anmäلت lag, som ej kommer till start erlägger 200:—, som insändes till Smålands FIF.

ALLMÄNNA REGLER VID DM, JDM

Från och med 1994 delas DM-tecken ut i seniorer plus annan åldersklass "för samma prestation", dvs ifall juniorer når resultat som placerar honom/henne i seniorer så får han/hon tecken, dels i "egna" åldersklasser plus M/K-klassen. resultat måste dock vara nått med seniorredskap etc.

Kastredskap, häckhöjder etc skall vid DM-tävlingar vara de nationellt gällande vid SM etc.

OBS Vid Stora DM: Sprinterpokalen (100, 200 o 400 m) och kastpokalen (alla kasten med sen. redskap) för M/K.

OBS OBS – POÄNGTÄVLING – VID DM

Vid samtliga DM, JDM, UDM och VDM bör arrangör göra en inoff. poängberäkning (Medaljpoäng 3, 2, 1) för att få fram klubbarnas poäng. Skall publiceras i den officiella resultatlistan. Gäller även vid stafetter och lagtävling i terränglöping.

Välkommen till två festliga dagar i Borgholm

Victoriadagen den 14 juli och

Victorialoppet den 15 juli

Det populäraste tävlings- och motionsloppet i s.ö. Sverige.

Starttider: Victorialoppets damklass 9 km, kl 18.30

Victorialoppets herrklass 9 km, kl 19.00

Victoriajoggen:

4 km, nu även för män NYHET. Start kl. 17.00.

Gå-lunka-jogga i din egen takt. Ingen tidtagning!

Lilla Victorialoppet:

Nu med utökad antal ungdomsklasser P, F16 och P,F 18 4 km.

Ungdomsklasser: 2 km, 1,5 km, (miniklass).

Första start kl 15.00.

Sista anmälningsdag är 7 juli.

Efteranm. kan göras tävl. dagen.

All information på

www.borgholm.se/victoria

Halv entré till Victoriadagen

för alla föranmälda deltagare

IFK Borgholm, Box 133, 387 23 BORGHOLM

Medarrangör: Tidningen ÖSTRAN

VÄRNAMO

**Måndag (annandag pingst)
den 31 maj kl. 10.00
ungdomstävlingar**

WSK-SPELEN **på FINNVEDSVALLENS** **SM-arena**

Klasser:

P17, P15, P14, P13, P11, P9
F17, F15, F14, F13, F11, F9

sep. inbjudan utsändes

WÄRNAMO SK

FOLKSAM GP 2004

Ymerspelen 9 juni, arr: IK Ymer

M: 100 m, 200 m, 110 m häck, 3000 m hinder, höjd, längd

K: 100 m, 200 m, 800 m, 100 m häck, längd, kula, slägga

Waxio Games 29 juni, arr: IFK Växjö

M: 200 m, 40 m, 800 m, 110 m häck, 3000 m hinder, tresteg, höjd, stav, slägga spjut

K: 200 m, 3000 m 400 m häck, längd, tresteg, stav, spjut

Sollentuna GP 8 juli, arr: Turebergs FK/Hässelby SK/Spårvägens FK

M: 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 110 m häck, 3000 m hi, längd, höjd, stav, kula

K: 100 m, 800 m, 1500 m, 5000 m 100 m häck, höjd, kula

Norrtejgalan 15 juli, arr: Rånäs 4H

M: 200 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 400 m häck, tresteg, höjd, kula, diskus

K: 200 m, 800 m, 1500 m, 5000 m, längd, diskus, spjut

MAI-galan 2 augusti, arr: Malmö AI

M: 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 110 m häck, tresteg, höjd, stav

K: 100 m, 400 m, 100 m häck, 3000 m hinder, längd, höjd, spjut

GÖTALANDSCUPEN 2004

Match 1 = 20 maj, Match 2 = 21 augusti

MÄN

Div 1

Brattås CK

UF Contract (arr match 1)

FIF Gnistan

IK Sisu

Sävedalen SK

IFK Växjö

Div 3

IK Hakarpspojkarna

Kongahälla AIK/Tingsbergs AIS

Norrköping (arr match 1)

IK Tiwaz

IFK Trelleborg

KVINNOR

Div 1

Kalmar SK

Klippans FK

Motala AIF

Norrköpings FK

Golf Tjalve (arr match 1)

IFK Trelleborg

Div 2

IFK Halmstad

Hovslätts IK

Kongahälla AIF/Tingsbergs AIS

Kyrkhults SK (arr match 19)

Simrishamns AIF/Ystads IF FI

Div 3

Finspångs AIK

FIF Gnistan

IK Hakarpspojk.

Ljungsbro FIK

IK Tiwaz

Golf Tjalve, lag 2

Vittsjö Golf

SVENSKA FRIDROTTSCUPEN 2004

Tävlingsdag 20/5.

GRUPPINDELNING

Grupp A: arr: Huddinge AIS

MÄN

Falu IK
FGF Gotland
Hammarby IF
Råby-Rekarnes FI
Upsala IF
Huddinge AIS

KVINNOR

Falu IK
Gefle IF
Huddinge AIS
Hammarby IF
IFK Lidingö
Turebergs FK

Grupp B: arr: Heleleneholms IF / IFK Trelleborg

MÄN

Alingsås IF
Heleleneholms IF
IFK Helsingborg
IFK Lund
Mölnåls AIK
GoIF Tjalve
Vittsjö GIK
IK Ymer

KVINNOR

Eslövs AI
FIK Färjestaden
Göteborgs KIK
IF Göta
Heleleneholms IF
IFK Helsingborg
KA 2 IF
Mölnåls AIK

LAG-SM

Tävlingsdag 6/7. Plats ännu ej bestämd

MÄN

Ullevi FK
Hässelby SK
Spårvägens FK
IF Göta
Turebergs FK

KVINNOR

IFK Växjö
Hässelby SK
Ullevi FK
Västerås FK
Spårvägens FK

Grenar i Svenska cupen och Lag-SM

Män: 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 5000 m, 3000 m hinder, 110 m häck, 400 m häck, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut samt stafett 4x100 m.

Kvinnor: 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 5000 m, 1500 m hinder, 100 m häck, 400m häck, höjd, stav, längd, tresteg, kula, diskus, slägga, spjut samt stafett 4x100 m.

HÄCKREGLER

A=Sträcka, B=Klass, C=Häckhöjd, D=Antal häckar, E=Från start till första häck,
F=Mellan häckar, G=Från sista häck till mål

A m	B	C cm	D	E m	F m	G m
60	M, M22	106,7	5	13,72	9,14	9,72
60	P19	100,0	5	13,72	9,14	9,72
60	P17	91,4	5	13,72	8,90	10,68
60	P15, P14, K, K22, F19	84,0	5	13,00	8,50	13,00
60	P12, F12	76,2	6	11,75	7,65	10,00
60	F17	76,2	5	13,00	8,50	13,00
60	F15, F14	76,2	5	12,00	8,00	16,00
60	P13, P12, F13, F12	76,2	6	11,75	7,65	10,00
80	F15, F14	76,2	8	12,00	8,00	12,00
100	K, K22, F19, P15, P14	84,0	10	13,00	8,50	10,50
100	F17	76,2	10	13,00	8,50	10,50
110	M, M22	106,7	10	13,72	9,14	14,02
110	P19	100,0	10	13,72	9,14	14,02
110	P17	91,4	10	13,72	8,90	16,18
300	P19	91,4	7	45,00	35,00	45,00
300	P15, F19, F17, P14	76,2	7	45,00	35,00	45,00
400	M, M22	91,4	10	45,00	35,00	40,00
400	K, K22	76,2	10	45,00	35,00	40,00
300	P17	84,0	7	45,00	35,00	45,00

HÄCKREGLER FÖR VETERANER

60	M35	106,7	5	13,72	9,14	9,72
60	M40-M45	99,1	5	13,72	9,14	9,72
60	M50-M55	91,4	5	13,00	8,50	13,00
60	M60-M65	84,0	5	16,00	8,00	12,00
60	M70-M75	76,2	5	12,00	7,00	20,00
60	M80+	68,6	5	12,00	7,00	20,00
60	K35	84,0	5	13,00	8,50	13,00
60	K40-K45	76,2	5	12,00	8,00	16,00
60	K50-K55	76,2	5	12,00	7,00	20,00
60	K60+	68,6	5	12,00	7,00	20,00
80	K40-K45	76,2	8	12,00	8,00	12,00
80	K50-K55, M70-M75	76,2	8	12,00	7,00	19,00
80	K60+, M80+	68,6	8	12,00	7,00	19,00
100	M50-M55	91,4	10	13,00	8,50	10,50
100	K35	84,0	10	13,00	8,50	10,50
100	M60-M65	84,0	10	16,00	8,00	12,00
110	M35	106,7	10	13,72	9,14	14,02
110	M40-M45	99,1	10	13,72	9,14	14,02
300	M60-M65, K50-K55	76,2	7	50,00	35,00	40,00
300	M60+, M70+	68,6	7	50,00	35,00	40,00
400	M35-M45	91,4	10	45,00	35,00	40,00
400	M50-M55	84,0	10	45,00	35,00	40,00
400	K35-K45	76,2	10	45,00	35,00	40,00

Anm 1. På häckhöjderna gäller en tolerans på plus/minus 0.3 cm. Ex: På 40 m för M22 skall den verkliga häckhöjden hålla sig inom 106.4-107.0 cm.

Anm 2. 40 m och 50 m förekommer endast inomhus, 40 m då normalt i formen 2x40 m (jämför 4.12.1 Anm1). Även 60 m är – utom för P12/F12 – avsett för inomhustävlingar.

REDSKAPSVIKTER

Klass	Kula kg	Diskus kg	Slägga kg	Spjut g	Boll g	Vikt kg
M, M22	7.26	2.0	7.26	800	–	15.0
P19	6.00	1.75	6.00	800	–	–
P17	5.0	1.5	5.0	700	–	–
P14, 15	4.0	1.0	4.0	600	–	–
P12, 13	3.0	0.6	3.0	400	300	–
K, K22, F19	4.0	1.0	4.0	600		
F17	3.0	1.0	4.0	600	–	–
F14, 15	3.0	0.6	3.0	400	–	–
F12, 13	2.0	0.6	2.0	400	300	–
OBS Tillägg. Praxis för Smålands distrikt:						
P10-11	2.0	0.6	2.0	400	300	–
F10-11	2.0	0.6	2.0	400	300	–

REDSKAPSVIKTER FÖR VETERANER

M35-M45	7.26	2.0	7.26	800	–	15.88
M50-M55	6.0	1.5	6.0	700	–	11.34
M60-M65	5.0	1.0	5.0	600	–	9.08
M70-M75	4.0	1.0	4.0	500	–	7.26
M80+	4.0	1.0	4.0	400	–	5.45
K35-K45	4.0	1.0	4.0	600	–	9.08
K50-K55	3.0	1.0	3.0	500	–	7.26
K60+	3.0	1.0	3.0	400	–	5.45

STOR-GRABB/TJEJ – MÄRKET

Förtjänstmärket för aktiva. Instiftat av Smålands IF 1933.

Utdelas fr.o.m. 1982 av Smålands FIF efter samma bestämmelser som förut gällt:

För erövrande av märket erfordras minst 25 poäng.



	Tävling	Poäng för placering:						Mx pgn per tävling och år
		1	2	3	4	5	6	
OBS! Endast seniorklasser enligt tabeller	Olympiska spel OS							} 25
	Individuellt.....	25	25	25	22	19	16	
	lagtävling 1.....	25	25	25	21	17	13	
	lagtävling 2.....	10	6	3	-	-	-	
Anm. Lagtävling 1: Där deltagaren är förhandsnominerad. (stafetter)	Världsmäst. VM							} 25
	Individuellt.....	25	25	25	22	19	16	
	lagtävling 1.....	25	25	25	21	17	13	
	lagtävling 2.....	10	6	3	-	-	-	
Lagtävling 2: Där sammanräkning sker i efterhand (terräng)	Europamäst. EM							} 25
	Individuellt.....	25	21	17	13	9	-	
	lagtävling 1.....	25	20	15	10	6	-	
	lagtävling 2.....	7	4	2	-	-	-	
Anm. Om i landskamp/ distr. match endast en delt. per land/distr. deltagar. Gäller att enbart förlust ej ger poäng. Vid B mästerskap erh. hälften av angivn.	Nordiskt mäst NM o fler landskamp.							} 15
	Individuellt.....	15	10	7	4	1	-	
	lagtävling 1.....	12	8	5	2	-	-	
	lagtävling 2.....	5	3	1	-	-	-	
	Landskamper							} 12
	Individuellt.....	12	8	4	-	-	-	
	lagtävling 1.....	10	-	-	-	-	-	
	lagtävling 2.....	4	-	-	-	-	-	
	Svenskt mäst. SM							} 10
	Individuellt.....	10	6	3	-	-	-	
	lagtävling 1.....	8	5	2	-	-	-	
	lagtävling 2.....	3	1	-	-	-	-	
	Landskapsmatch och landsdelsmäst.							} 6
	Individuellt.....	6	4	2	-	-	-	
	lagtävling 1.....	5	-	-	-	-	-	
	lagtävling 2.....	2	-	-	-	-	-	
	Distriktsmäst. DM							} 5
	Individuellt.....	5	3	1	-	-	-	
	lagtävling 1.....	4	2	-	-	-	-	
	lagtävling 2.....	1	-	-	-	-	-	
	DM klubbtag.....	1	-	-	-	-	-	

Max 15 poäng pr år

Max 8 p per år

Anmälan om uppnått märke göres av förening till vårt förbund på blankett som erhålles från förbundet.

Misterhults AIS

inbjuder till



SKOMAKARE LOPPET

Lördagen den 5 juni 2004 i Misterhult
Terränglöpning, 9 km/4,5 km/1 km/300 m
Start och mål vid kyrkan
Plaketter till alla deltagare.

För mer information kontakta:
Moody Nilsson, tel. 0491-320 94 eller
Lotta Sand, tel. 0491-321 40
Alla hälsas hjärtligt välkomna!

Misterhults AIS

UNGDOMSMÄRKET I FRIDROTT

P 16-17 år	BRONS	SILVER	GULD
100 m	13.60	12.40	11.50
200 m	28.30	25.30	23.30
400 m	61.00	56.50	53.20
800 m	2:23.00	2:10.80	2:02.00
1500 m	5:20.00	4:40.00	4:15.00
3000 m	10:40.00	9:50.00	9:15.00
2000 m hi (91,4 cm)	8:50.00	7:40.00	6:50.00
110 m häck (91,4 cm)	19.30	17.50	16.00
300 m häck (84 cm)	52.00	46.50	42.00
Höjd	1.45	1.67	1.84
Stav	2.80	3.35	3.60
Längd	4.80	5.60	6.35
Tresteg	10.80	11.90	12.50
Kula (5kg)	8.50	11.00	13.80
Diskus (1.5 kg)	23.00	33.00	41.00
Slägga (5 kg)	27.00	34.00	41.00
Spjut (700 g)	30.00	41.00	50.00

F 16-17 år	BRONS	SILVER	GULD
100 m	15.00	13.85	12.75
200 m	30.00	28.00	25.80
400 m	75.00	66.50	60.50
800 m	2:45.00	2:33.00	2:20.00
1500 m	6:00.00	5:20.00	4:55.00
3000 m	13:20.00	12:15.00	11:30.00
1500 m hi (76,2 cm)	6:55.00	6:00.00	5:35.00
100 m häck (76,2 cm)	19.00	16.90	15.50
300 m häck (76,2 cm)	56.00	50.00	47.50
Höjd	1.35	1.48	1.62
Stav	2.25	2.55	2.80
Längd	4.25	4.75	5.30
Tresteg	8.90	10.00	11.00
Kula (3kg)	8.00	10.20	12.20
Diskus (1 kg)	19.00	25.00	31.00
Slägga (4 kg)	21.00	29.00	38.00
Spjut (600 g)	19.00	25.00	34.00

P 14-15 år	BRONS	SILVER	GULD
100 m	13.90	12.90	11.90
300 m	48.00	43.00	38.70
800 m	2:30.00	2:20.00	2:08.00
2000 m	7:30.00	6:50.00	6:20.00
1500 m hi (76,2 cm)	6:00.00	5:30.00	5:00.00
100 m häck (84 cm)	18.50	16.30	15.25
300 m häck (76,2cm)	54.50	49.00	45.90
Höjd	1.35	1.55	1.74
Stav	2.30	2.70	3.00
Längd	4.40	5.00	5.80
Tresteg	9.75	10.80	11.90
Kula (4 kg)	9.00	10.80	12.80
Diskus (1 kg)	21.00	30.00	39.50
Slägga (4 kg)	18.00	25.00	32.00
Spjut (600 g)	23.00	33.00	44.00

F 14-15 år	BRONS	SILVER	GULD
100 m	15.00	13.90	12.90
300 m	52.00	47.00	43.00
800 m	2:55.00	2:40.00	2:23.00
2000 m	8:30.00	7:40.00	7:05.00
1500 m hi (76,2 cm)	7:20.00	6:30.00	5:50.00
80 m häck (76,2 cm)	14.70	13.50	12.65
300 m häck (76,2cm)	58.00	51.50	48.60
Höjd	1.25	1.43	1.60
Stav	1.95	2.25	2.65
Längd	3.90	4.50	5.15
Tresteg	8.00	9.40	10.70
Kula (3 kg)	7.30	8.40	10.60
Diskus (600 g)	19.00	26.00	35.00
Slägga (3 kg)	17.00	23.00	33.00
Spjut (400 g)	17.50	24.00	34.00

För att erhålla ungdomsmärket 12-13 år skall den aktive klara minst tre grenresultat på minst bronsnivå. För silver resp guld skall minst två grenresultat klaras på denna nivå.

P 12-13 år	BRONS	SILVER	GULD
80 m	12.80	11.60	10.70
200 m	32.00	29.50	27.30
600 m	2:06.00	1:55.00	1:43.00
1500 m	6:00.00	5:20.00	4:50.00
60 m häck (76,2 cm)	12.80	11.50	10.40
Höjd	1.20	1.34	1.48
Stav	1.95	2.20	2.50
Längd (zon)	3.75	4.30	4.95
Tresteg (zon)	8.30	9.50	10.50
Kula (3 kg)	7.00	8.50	10.20
Diskus (600 g)	16.00	22.00	31.00
Slägga (3 kg)	16.00	22.00	33.00
Spjut (400 g)	18.00	26.00	33.00

F 12-13 år	BRONS	SILVER	GULD
80 m	13.20	12.20	11.00
200 m	34.00	30.70	28.00
600 m	2:15.00	2:03.00	1:52.00
1500 m	6:40.00	5:50.00	5:20.00
60 m häck (76,2 cm)	13.20	11.80	10.60
Höjd	1.14	1.28	1.44
Stav	1.75	2.00	2.30
Längd (zon)	3.50	4.10	4.75
Tresteg (zon)	7.30	8.75	10.00
Kula (2 kg)	6:20	8.00	10.00
Diskus (600 g)	13.00	18.00	25.00
Slägga (2 kg)	13.00	20.00	28.00
Spjut (400 g)	14.00	20.00	26.00

För att erhålla ungdomsmärket 11 år skall den aktive klara minst tre av nedanstående grenresultat.

11 ÅR	FLICKOR	POJKAR
60 m	10.10	10.00
600 m	2:18.00	2:10.00
60 m häck (76,2 cm)	14.20	13.90
Höjd	1.00	1.05
Stav	1.50	1.70
Längd (zon)	3.20	3.40
Kula (2 kg)	5.60	6.00
Boll (300 g)	18.00	24.00



Ungdomsmärket beställes hos Svenska Friidrottsförbundet

Den 31 dec. 2003 gällande SMÅLANDSREKORD i fri-idrott

MÄN

100 m	10,48	Christofer Ohlsson	IFK Växjö	1999
200m	21,11	Anders Faager	Wärnamo SK	1972
400 m	46,29	Anders Faager	Wärnamo SK	1972
800 m	1,48,75	Patrik Johansson	IFK Växjö	1992
1000 m	2,20,98	Patrik Johansson	IFK Växjö	1993
1500 m	3,40,91	Patrik Johansson	IFK Växjö	1993
1 mile	4,01,72	Patrik Johansson	IFK Växjö	1994
3000 m	7,59,20	Kent Claesson	Skillingaryds FK	1999
5000 m	13,31,54	Kent Claesson	Skillingaryds FK	1998
10000	28,53,6	Nils-Bertil Kallrsson	Västerviks IF	1973
Häck 110 m	13,89	Ulf Söderman	IK Hakarpspojarna	1987
Häck 400 m	52,44	Frans Hällqvist	Skruds IF	1991
Hinder 3000 m	8,37,60	Henrik Skoog	Villstads GIF	2000
Stafett 4x100 m	41,36	IFK Växjö (Daniel Gyuricsko, Björn Gunnarsson, Joakim Larsson och David Nilinor)		1990
Stafett 4x200 m	1,28,2	Wärnamo SK (Stefan Norder, Curt Johansson, Sven-Olof Bystedt och Anders Faager)		1969
Stafett 4x400 m	3,14,4	Wärnamo SK (Sven-Olof Bystedt, Joel Svensson, Curt Johansson och Anders Faager)		1971
Stafett 4x800 m	7,29,25	IFK Växjö (Stefan Pettersson, Lars Pettersson, Magnus Sjövik och Patrik Johansson)		1991
Stafett 4x1500 m	15,33,50	IFK Växjö (Frederic Karlsson, Kent Claesson, Mikael Anderson och Patrik Johansson)		1993
Stafett 1000 m	1,54,7	IFK Växjö (Owe Jonsson, Stefan Barck, Tore Hedner och Carl-Gustaf Johansson)		1961
Staf 4x100 m (D-lag)	42,83	Robert Eliasson, Noah Likhaya, Michael Silander och David Nilinor		1991
Staf 4x400 m (D-lag)	3,24,10	Jerker Asplund, Jan-Ake Karlsson, Magnus Gustavsson, Frans Hällqvist		1992
Stafett 1000 m (D-lag)	1,55,7	Lars Ake Norberg, Joel Svensson, Curt Johansson och Anders Fager		1971

Längd	7,62	Peter Widén	IFK Växjö	1987
Tresteg	15,30	Paul Lundberg	IFK Växjö	1984
Höjd	2,22	Stefan Karlsson	IK Sisu	1981
Stav	5,75	Peter Widén	IFK Växjö	1991
Kulstötning	19,74	Kristian Pettersson	IFK Växjö	1994
Diskuskastning	62,58	Kristian Pettersson	IFK Växjö	1994
Sjukkastning	72,56	Andreas Wulff	IFK Växjö	2003
Släggkastning	75,78	Per Karlsson	IFK Växjö	2000
Vikt kastning	21,76	Per Karlsson	IFK Växjö	1993
Tiokamp	7.519e	Fredrik Ahlström	IFK Växjö	1990

INOMHUS

60 m	6,81	Tobias Karlsson	IFK Växjö	1998
200 m	21,71	Christoffer Ohlsson	IFK Växjö	2002
400 m	48,89	Tobias Karlsson	IFK Växjö	1998
800 m	1,50,14	Patrik Johansson	IFK Växjö	1994
1500 m	3,45,95	Kent Claesson	Skillingaryds FK	1997
1 mile	4,14,04	Henrik Ahnström	Brittatorps TK	2002
3000 m	7,48,44	Kent Claesson	Skillingaryds FK	1997
Stafett 4x200 m	1,29,53	IFK Växjö (Daniel Gyuricsko, Björn Gunnarsson, Joakim Larsson och David Nilinor)		1991
Häck 60 m	7,80	Ulf Söderman	IK Hakarpspojkarne	1987
Längd	7,48	Fredrik Ahlström	IFK Växjö	1989
Tresteg	14,91	Urban Hakansson	IFK Växjö	1989
Höjd	2,21	Stefan Karlsson	IK Sisu	1981
Stav	5,70	Peter Widén	IFK Växjö	1996
Kula	18,22	Kristian Pettersson	IFK Växjö	2001
Vikt	18,14	Per Karlsson	IFK Växjö	2003
Sjukamp	5.234e	Fredrik Ahlström	IFK Växjö	1989

66

KVINNOR

100 m	11,53	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
200 m	22,98	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
400 m	53,17	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
800 m	2,04,48	Monica Magnusson	Jönköpings AIF	1986
1500	4,10,72	Johanna Nilsson	Högy IF	2003
3000 m	9,15,1	Jessica Carlberg	Oskarshamns SK	1998
5000 m	15,51,17	Jessica Carlberg	Oskarshamns SK	1998
10000	33,37,65	Malin Öhrn	IVK Växjö	2002
Häck100 m	13,18	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
Häck 400 m	57,05	Erica Mårtensson	IFK Växjö	2003
Hinder 3000 m	9,46,74	Ida Nilsson	Högy IF	2003
Stafett 4x100 m	45,77	IFK Växjö (Erica Mårtensson, Carolina Klüft, Emma Magnusson, Camilla Johansson,)		2003
Stafett 4x200 m	1,42,56	Hovslätts IK (Karin Wibring, Eva Johansson, Anneli Wahl och Ann Axelsson)		1982
Stafett 4x400 m	3,43,73	IFK Växjö (Emma Magnusson, Jessica Gyffe, Erica Mårtensson, Carolina Klüft)		2003
Stafett 4x800 m	9,02,53	IFK Växjö (Annica Gunnarsson, Annika Fasth, Malin Johansson och Annette Karlsson)		1993
Stafett 3x1500 m	13,57,43	IFK Växjö (Malin Öhrn, Hanna Holst, Jessica Gyffe)		2002
Stafett 1000 m	2,12,42	IFK Växjö (Janna Abrahamsson, Linda Hansson, Linda Flygare och Jenny Järgren)		1993
Staf 4x100 m (D-lag)	48,48	Malin Johansson, Veronica Fransson, Emma Frostensson, Anna-Karin Sandborg		1995
Staf 4x400 m (D-lag)	4,21,41	Åsa Ahlstrand, Jenny Kjellman, Malin Johansson, Camilla Benjaminsson		1992
Stafett 1000 m (D-lag)	2,15,0	Eva Johansson, Chatrin Landholm, Ann Fransson och Vanja Davidsson		1978
Längd	6,86	Carolina Klüft	IFK växjö	2003
Tresteg	14,15	Camilla Johansson	IFK Växjö	2003
Höjd	1,94	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003

Stav	4,30	Hanna-Mia Persson	Kalmar SK	2002
Kula	14,29	Malin Strand	IFK Växjö	1990
Diskus	52,20	Ulla Buuts	Jönköpings AIF	1974
Spjut	50,24	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
Släggå	58,52	Rebecka Kvist	Alvesta FI	2003
Sjukamp	7,001 e	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003

INOMHUS

60 m	7,45	Camilla Johansson	IFK Växjö	1997
200 m	24,12	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
400 m	53,25	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
800 m	2,07,50	Johanna Nilsson	Högy IF	2000
1500 m	4,19,86	Anette Karlsson	IFK Växjö	1992
1 mile	4,32,49	Johanna Nilsson	Högy IF	2003
3000 m	9,10,48	Ida Nilson	Högy IF	2002
Häck 60 m	8,19	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
Längd	6,61	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
Tresteg	14,12	Camilla Johansson	IFK Växjö	2000
Höjd	1,89	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
Stav	4,20	Hanna-Mia Persson	Kalmar SK	2003
Kula	14,64	Malin Strand	IFK Växjö	1990
Femkamp	4,933 e	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003

MÄN Juniorer (högst 22 år)

100 m	10,48	Christofer Ohlsson	IFK Växjö	1999
200 m	21,26	Leif Jonsson	Habo IF	1987
400 m	47,40	Jeffrey Pedersen	Eksjö Södra IK	1995
800 m	1,48,75	Patrik Johansson	IFK Växjö	1992
1500 m	3,40,91	Patrik Johansson	IFK Växjö	1993
5000 m	13,45,23	Henrik Ahnström	Brittatorps SK	2003
Häck 110 m (106,7)	14,11	Ulf Söderman	IK Hakarpspojarna	1985

68	Häck 400 m (91,4)	52,44	Frans Hällqvist	Skruv IF	1991
	Hinder 2000 m (91,4)	5,33,00	Henrik Skoog	Vilstads GIF	2000
	Stafett 4x100 m	41,36	IFK Växjö (Daniel Gyuricsko, Björn Gunnarsson, Joakim Larsson och David Nilinor)		1990
	Stafett 4x400 m	3,17,95	IFK Växjö (Gert Jönsson, Michael Ericson, Paul Lundberg och Mikael Johansson)		1981
	Stafett 3x800 m	5,40,97	Eksjö Södra IK (Anders Johansson, Björn Ahlepiil, Jacob Cedertune)		1999
	Längd	7,62	Peter Widén	IFK Växjö	1987
	Tresteg	15,15	Urban Håkansson	IFK Växjö	1988
	Höjd	2,20	Stefan Karlsson	IK Sisu	1980
	Stav	5,60	Peter Widén	IFK Växjö	1989
	Kula	18,69	Bengt Bendéus	IFK Växjö	1966
	Diskus	56,44	Kristian Pettersson	IFK Växjö	1993
	Spjut	70,96	Andreas Wulff	IFK Växjö	2001
	Slägg	65,72	Per Karlsson	IFK Växjö	1989
	Tiokamp	7,342 e	Fredrik Ahlström	IFK Växjö	1986

KVNNOR Juniorer (högst 22 år)

	100 m	11,53	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
	200 m	22,98	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
	400 m	53,17	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
	800 m	2,04,48	Monica Magnusson	Jönköpings AIF	1986
	1500 m	4,10,72	Johanna Nilsson	Högy IF	2003
	5000 m	15,51,17	Jessica Carlberg	Oskarshamns SK	1998
	Häck 100 m (84,0)	13,18	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
	Häck 400 m (76,2)	57,54	Erica Mårtensson	IFK Växjö	2001
	Hinder 2000 m	6,35,30	Ida Nilsson	IFK Växjö	2001
	Stafett 4x100 m	47,39	IFK Växjö (Linda Flygare, Linda Hansson, Jenny Järgren och Johanna Henriksson)		1993
	Stafett 4x400 m	3,56,8	Jönköpings AIF (Eva Junefjäll, Maritha Larsson, Karin Bertilsson och Kristina Bertilsson)		1975
	Stafett 3x800 m	6,57,93	IFK Växjö (Jessica Gyffe, Jessica Gunnarsson, Erica Mårtensson)		1998

Längd	6,86	Camilla Johansson	IFK Växjö	2003
Tresteg	12,95	Kajsa Levin	Tranås AIF F	2003
Höjd	1,94	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
Stav	4,20	Linda Persson	IFK Växjö	2003
Kula	14,29	Malin Strand	IFK Växjö	1990
Diskus	46,64	Anna-Karin Svensson	FIK Färjestaden	2003
Sjutt	50,24	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003
Slägg	58,52	Rebecka Kvist	Alvesta FI	2003
Sjukamp	7 001e	Carolina Klüft	IFK Växjö	2003

MÄN Juniorer (högst 19 år)

100 m	10,54	Christofer Ohlsson	IFK Växjö	1996
200 m	21,26	Leif Jonsson	Habo IF	1987
400 m	47,40	Jeffrey Pedersen	Eksjö Södra IK	1995
800 m	1,49,83	Patrik Johansson	IFK Växjö	1991
1500 m	3,45,02	Patrik Johansson	IFK växjö	1991
5000 m	14,20,30	Kent Claesson	Skillingaryds FK	1990
Häck 110 m(100)	14,46	Ulf Johansson	IK Hakarpspojarna	1981
Häck 300 m (91,4)	36,89	Frans Hallqvist	Skrufs IF	1990
Hinder 2000 m (91,4)	5,45,41	Johan Swärd	Eksjö Södra IK	1991
Stafett 4x100 m	43,00	IFK Växjö (Olle Svensson, Christoffer Ohlsson, Niklas Hansén och Riccard Svensson)		1994
Stafett 4x400 m	3,21,69	IFK Växjö (Tobias Karlsson, Alex Johansson, Anders Lennartsson och Jerker Asplund)		1991
Stafett 3x800 m	5,48,66	IFK Växjö (Anders Lennartsson, Alex Johansson, Jerker Asplund)		1991
Stafett 1000 m (D-lag)	1,59,72	Daniel Krösner, Tobias Karlsson, Jan-Åke Karlsson, Martin Jobsson		1992
Längd	7,46	Kent Nygren	IK Hakarpspojarna	1982
Tresteg	15,15	Urban Håkansson	IFK Växjö	1988
Höjd	2,11	Jan-Erik Wanhainen	Tranås AIF	1990
Stav	5,15	Gustaf Hultgren	Kalmar SK	2002
Kula (6,0)	16,04	Mikael Olander	Hovslätts IK	1981

Diskus (1,75)	53,54	Tobias Melin	Botnaryds IF	1996
Splut (800)	67,22	Stefan Petersson	Oskarshamns SK	1985
Slägga (6,0)	65,16	Anton Leion	IFK Växjö	2002
Tiokamp	7,604 e	Nicklas Wiberg	FIK Färjestaden	2003

KVINNOR Juniorer (högst 19 år)

100 m	11,69	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
200 m	23,71	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
400 m	53,17	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
800 m	2,04,48	Monica Magnusson	Jönköpings AIF	1986
1500 m	4,17,99	Johanna Nilsson	Högbý IF	2001
3000 m	9,15,1	Jessica Carlberg	Oskarshamns SK	1998
Häck 100 (84,0)	13,33	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
Häck 300 m (76,2)	41,22	Carolina Klüft	IFK Växjö	2000
Hinder 2000 m (76,2)	6,59,06	Ida Nilsson	Högbý IF	2000
Stafett 4x100 m	47,59	IFK Växjö (Ulrika Johansson, Linda Hansson, Jenny Järgren och Johanna Henriksson)		1992
Stafett 3x800	7,04,2	IFK Växjö (Annelie Persson, Marie Johansson, Ingela Karlsson)		1983
Stafett 1000 m	2,12,42	IFK Växjö (Janna Abrahamsson, Linda Hansson, Linda Flygare och Jenny Järgren)		1993
Stafett 1000 m (D-lag)	2,15,78	Asa Steen, Johanna Henriksson, Linda Hansson, Jenny Järgren		1992
Längd	6,48	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
Tresteg	12,51	Kajsa Levin	Tranås AIF	2002
Höjd	1,92	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002
Stav	3,68	Ida Glemme	IFK Växjö	2003
Kula (4,0)	14,29	Malin Strand	IFK Växjö	1990
Diskus (1,0)	45,40	Anne-Lie Drottman	FIK Färjestaden	1986
Splut (600)	49,13	Mikaela Wieslander	IFK Växjö	2000
Slägga (4,0)	55,12	Rebecka Kvist	Alvesta FI	2002
Sjukamp	6,542e	Carolina Klüft	IFK Växjö	2002

POJKAR 17 (högst 17 år)

100 m	10,63	Leif Jonsson	Habo IF	1987
200 m	21,26	Leif Jonsson	Habo IF	1987
400 m	47,92	Leif Jonsson	Habo IF	1987
800 m	1,53,95	Jacob Cedertun	Eksjö Södra IK	1999
1500 m	3,54,03	Patrik Johansson	Brittatorps TK	1989
3000 m	8,31,30	Kent Claesson	Skillingaryds FK	1988
Häck 110 m (91,4)	14,73	David Johansson	Ljungby FIK	1998
Häck 300 m (84,0)	38,42	Erik Lundvik	IFK Växjö	2002
Hinder 2000 m (91,4)	5,47,76	Jacob Cedertun	Eksjö Södra IK	1999
Stafett 4x100 m	43,95	IFK Växjö (Odd Wiking, Anton Barck, Erik Karlsson 87, Erik Lundvik)	2002	
Stafett 3x800 m	6,08,38	IFK Växjö (Alex Johansson, Jerker Asplund, Michael Johansson)	1989	
Stafett 1000 m	2,01,68	IFK Växjö (Erik Karlsson 85, Erik Karlsson 87, Anton Barck, Erik Lundvik)	2002	
Staf. 4x100 m (D-lag)	44,23	Jan-Ake Karlsson, Tony Gustavsson, Robert Widetoft och Frederic M'foutiga		
Längd	7,39	Fredrik Joabsson	Skrufs IF	1988
Tresteg	14,11	Martin Joabsson	Skrufs IF	1989
Höjd	2,04	Mikael Kronqvist	Tranås AIF	1991
		Johnny Granath	Hovslätts IK	1980
Stav	4,82	Marcus Fransson	IFK Växjö	1982
Kula (5,0)	15,86	Thomas Petersson	Kalmar SK	1971
Diskus (1,5)	51,34	Kristian Pettersson	FIK Färjestaden	1988
Spjut (700)	64,06	Niklas Jutterdahl	Södra Vi IF	1989
Släggå (5,0)	65,53	Stefan Kvist	Alvesta FI	2003
Tiokamp	8,686 e	Nicklas Wiberg	FIK Färjestaden	2002

FLICKOR 17 (högst 17 år)

100 m	11,87	Linda Hansson	IFK Växjö	1992
200 m	24,47	Carolina Klüft	IFK Växjö	2000
400 m	55,35	Elin Wiik	Sommenbygdens SK	2002
800 m	2,06,41	Anette Karlsson	IFK Växjö	1986
1500 m	4,21,08	Monica Magnusson	Jönköpings AIF	1985
		Anette Karlsson	IFK Växjö	1986
3000 m	9,29,54	Anette Karlsson	IFK Växjö	1986
Häck100 m (76,2)	13,88	Carolina Klüft	IFK Växjö	2000
Häck 300 m (76,2)	41,22	Carolina Klüft	IFK Växjö	2000
Hinder 1500 m (76,2)	4,52,33	Ida Nilsson	IFK Växjö	2000
Stafett 4x100 m	48,60	IFK Växjö (Maria Elmqvist, Linda Hansson, Jenny Järgren och Cecilia Fredholm)	Högyby IF	1998
		IFK Växjö (Helena Johansson, Louise Berglund, Hanna Holst)		1991
Stafett 3x800 m	7,06,04	Skruus IF (Eva-Karin Eriksson, Ulrika Jeppsson, Marina Olsson och Karin Andersson)		2002
Stafett 1000 m	2,20,42	Jenny Järgren, Janna Abrahamsson, Linda Stellemark, Iréne Persson		1984
Staf. 4x100 m (D-lag)	48,76	Carolina Klüft	IFK Växjö	1991
Längd	6,23	Kajsa Levin	Tranås AIF/FI	2000
Tresteg	12,31	Carolina Klüft	IFK Växjö	2000
Höjd	1,85	Ida Glemne	IFK Växjö	2001
Stav	3,50	Rebecka Kvist	Alvesta FI	1999
Kula (3,0)	13,91	Eva Junefjäll	Jönköpings AIF	1975
Diskus (1,0)	42,56	Carolina Klüft	IFK Växjö	2000
Spjut (600)	45,71	Rebecka Kvist	Alvesta FI	2000
Släggå (4,0)	50,40	Carolina Klüft	IFK Växjö	2000
Sjukamp	6,584e			1999

POJKAR 15 (högst 15 år)

100 m	11,26	Leif Jonsson	Habo IF	1985
300 m	36,58	Anton Barck	IFK Växjö	2002
800 m	1,57,54	Carl-Johan Hermansson	FIK Färjestaden	1994

2000 m	5,48,57	David Nilsson	Högbý IF	2002
Häck 100 m (84,0)	13,59	Anton Barck	IFK Växjö	2002
Häck 300 m (76,2)	38,21	Robert Widetoft	Wärnamo SK	1989
Hinder 1500 m (76,2)	4,25,31	Jacob Cedertun	Eksjö Södra IK	1987
Stafett 4x100 m	46,93	IFK Växjö (Olof Hjertman, Erik Svensson, Erik Karlsson -87, Anton Barck)		2002
Stafett 3x800 m	7,07,75	Högbý IF (Tim Slättengren, Simon Rohde, Camillo Karlström)		2003
Längd	6,59	Hans Svensson	IFK Växjö	1999
Tresteg	13,44	Harald Hamacher	IFK Växjö	1973
Höjd	1,97	Adam Peterson	Wärnamo SK	2000
Stav	4,25	Petter Edfeldt	IFK Växjö	1988
Kula (4,0)	16,26	Gunnar Pettersson	IFK Stockaryd	1973
Diskus (1,0)	50,09	Stefan Kvist	Alvesta FI	2002
Splut (600)	54,07	Olof Hjertman	IFK Växjö	2003
Slägga (4,0)	67,35	Stefan Kvist	Alvesta FI	2002
Åttakamp	5,205 e	Jonas Mårtensson	Villstads GIF	2003

FLICKOR 15 (högst 15 år)

100 m	12,34	Anette Broselid	FIK Färjestaden	2003
300 m	40,44	Anette Broselid	FIK Färjestaden	2003
800 m	2,11,97	Anette Karlsson	IFK Växjö	1984
2000 m	6,27,38	Sandra Fransson	IFK Växjö	2003
Häck 80 m (76,2)	11,70	Emilia Rundqvist	IFK Växjö	2003
Häck 300 m (76,2)	44,39	Sofia Nilsson	IK Sisu	1987
Hinder 1500 m (76,2)	5,20,40	Maria Rydqvist	Villstads GIF	1998
Stafett 4x100 m	49,62	IFK Växjö (Jenna Glensby, Frida Svensson, Erica Jonasson, Dima Yassin)		2003
Stafett 3x800 m	7,22,4	IFK Växjö (Carita Hagberg, Liselotte Bengtsson, Tina Frisk)		1974
Längd	5,81	Susanne Andersson	IFK Växjö	1979
Tresteg	12,23	Carolina Klüft	IFK Växjö	1998
Höjd	1,82	Susanne Svensson	IFK Växjö	1980

Stav 3,08
 Kula (3,0) 13,34
 Diskus (0,6) 45,91
 Spjut (400) 42,78
 Släggå (3,0) 51,57
 Sexkamp 4,425 e

Ida Glemne
 Maria Bengtsson
 Frida Karlsson
 Linda Knutsson
 Rebecka Kvist
 Sofie Svensson

IFK Växjö 1999
 IFK Växjö 2003
 IFK Växjö 2002
 IFK Växjö 1985
 Alvesta FI 1998
 OK Hjorten 2003

POJKAR 14 (högst 14 år)

100 m 11,83
 300 m 38,47
 800 m 2,03,98
 2000 m 5,57,68
 Häck 100 m (84,0) 15,08
 Häck 300 m (76,2) 43,04
 Hinder 1500 m (76,2) 4,57,66
 Längd 6,10
 Tresteg 12,58
 Höjd 1,88
 Stav 3,86
 Kula (4,0) 16,31
 Diskus (1,0) 49,22
 Spjut (600) 47,91
 Släggå (4,0) 61,14
 Attakamp 4,583 e

Daniel Berggren
 Camilo Karlström
 Henrik Skoog
 Henrik Skoog
 Göran Ivarsson
 Anton Barck
 David Nilsson
 Martin Wallertz
 Camilo Karlström
 Edvard Carp
 Petter Edfeldt
 Johan Pyrell
 Tobias Melin
 Peter Bergqvist
 Stefan Kvist
 Camilo Karlström

Botnaryds IF 1993
 Högby IF 2003
 Villstads GIF 1993
 Villstads GIF 1993
 IFK Växjö 1980
 IFK Växjö 2001
 Högby IF 2001
 IFK Växjö 1973
 IFK Växjö 2003
 Högby IF 1992
 Villstads GIF 1987
 IFK Växjö 1989
 IFK Växjö 1992
 Botnaryds IF 1999
 Eksjö Södra IK 2001
 Alvesta FI 2001
 Högby IF 2003

FLICKOR 14 (högst 14 år)

100 m 12,65
 300 m 42,13
 800 m 2,14,48
 2000 m 6,33,42
 Häck 80 m (76,2) 11,77

Susanne Andersson
 Anette Broselid
 Anette Sjöwall
 Johanna Nilsson
 Karin Andersson

IFK Växjö 1978
 FIK Färjestaden 2002
 Nybro IF 1978
 Högby IF 1997
 Skruvs IF 1982

Häck 300 m	47,51	Elin Plehl	Eksjö Södra IK	1991
Hinder 1500 m (76,2)	5,30,11	Sandra Fransson	IFK Växjö	2002
Längd,	5,53	Susanne Svensson	IFK Växjö	1979
Tresteg	11,51	Carolina Klüft	IFK Växjö	1997
Höjd	1,73	Susanne Svensson	IFK Växjö	1979
Stav	2,91	Ida Glemne	IFK Växjö	1998
Kula (3,0)	12,59	Rebecka Kvist	Alvesta FI	1997
Diskus (0,6)	42,56	Anne-Lie Drottman	Emådalens SK	1982
Spjut (400)	42,78	Linda Knutsson	IFK Växjö	1985
Släggå (3,0)	41,34	Rebecka Kvist	Alvesta FI	1997
Sexkamp	4,425 e	Sofie Svensson	OK Hjorten	2003

POJKAR 13 (högst 13 år)

80 m	9,77	Daniel Berggren	Bottnaryds IF	1992
200 m	25,30	Camilo Karlström	Högbý IF	2002
600 m	1,35,68	Abdigani Abdi	IFK Växjö	2002
1500 m	4,38,02	William Schotte	Skrusv IF	2002
Häck 60 m (76,2)	9,66	Dennis Carlsson	Alvesta FI	2003
Stafett 4x80 m	42,55	Högbý IF (Simon Rohde, Andreas Persson, Alexander Olsson, Camilo Karlström)		2002
Stafett 3x600 m	5,11,94	Högbý IF (Simon Rohde, Marcus Nilsson, Camilo Karlström)		2002
Längd, zon	5,86	Camilo Karlström	Högbý IF	2002
Tresteg, zon	11,98	Adam Peterson	Wärnamo SK	1998
Höjd	1,75	Ulf Widlund	Skrusv IF	1978
Stav	3,47	Edvard Carp	Vilstad GIF	1991
Kula (3,0)	14,32	Gustaf Hultgren	Kalmar SK	1996
Diskus (0,6)	40,45	Robert Prim	Eksjö Södra IK	2003
Spjut (400)	52,13	Tommy Fors	Lekeryd-Svarttorp SK	2003
Släggå (3,0)	47,18	Adam Björling	Kalmar SK	2003
Femkamp	4,660	Stefan Kvist	Alvesta FI	2000
		Camilo Karlström	Högbý IF	2002

FLICKOR 13 (högst 13 år)

80 m	10,35	Nathalie Lundberg	Stensjöns IF	2003
200 m	26,20	Emilia Rundqvist	Kalmar SK	2001
600 m	1,43,98	Emma Ulfberg	IK Hakarpspojkar	2003
1500 m	4,47,45	Åsa Ljungblad	Väckerviks OK	1989
Häck 60 m (76,2)	9,94	Josefin Svensson	OK Hjorten	2002
Stafett 4x80 m	42,99	IFK Växjö (Tina Olsson, Josephine Sandberg, Elin Gunnarsson, Diana Yassin)		2002
Stafett 3x600 m	5,43,42	IFK Växjö (Malin Malmilind, Elin Persson, Ida Blasek)		2003
Längd, zon	5,39	Carina Svenningsson	Villstads GIF	1975
Tresteg, zon	10,90	Carolina Klüft	IFK Växjö	1996
Höjd	1,64	Carolina Klüft	IFK Växjö	1996
Stav	2,50	Victoria Bengtsson	IFK Växjö	2003
Kula (2,0)	13,42	Malin Wiberg	FIK Färjestaden	2002
Diskus (0,6)	37,50	Anna-Karin Svensson	Emådalens SK	1994
Spjut (400)	40,46	Isabel Savic	Habo IF	1996
Släggå (3,0)	36,66	Rebecka Kvist	Alvesta FI	1996
Femkamp	4,650 e	Josefin Svensson	OK Hjorten	2002

POJKAR 12 (högst 12 år)

80 m	10,85	Mikael Storm	Eksjö Södra IK	2003
200 m	28,23	Oskar Thor	Högbý IF	2003
600 m	1,35,68	Abdigan Abdí	IFK Växjö	2002
1500 m	4,40,6	Nichlas Wiberg	FIK Färjestaden	1997
Häck 60 m (76,2)	9,98	Tony Gustavsson	Södra Vi IF	1986
Längd, zon	5,41	Daniel Berggren	Botnaryds IF	1991
Tresteg, zon	10,72	Henrik Björkholm	Kalmar SK	1990
Höjd	1,66	Per-Anders Säf	Villstads GIF	1990
Stav	3,30	Ulf Widlund	Skrups IF	1977
Kula (3,0)	14,67	Gustaf Hultgren	Kalmar SK	1995
		Joakim Johansson	FIK Färjestaden	1998

Diskus (0,6)	36,24	Magnus Löngvist	Habo IF	1992
Spijt (400)	41,02	Kristian Pettersson	FIK Färjestaden	1983
Slägga (3,0)	31,35	Marcus Nilsson	Högbý IF	2003
Femkamp	3,919 e	Marcus Nilsson	Högbý IF	2003

FLICKOR 12 (högst 12 år)

80 m	10,83	Emmelie Sjökvist	Emådalens SK	1991
200 m	27,10	Frida Simförs	IK Hakarpspojkkarna	2003
600 m	1,44,85	Lina Andreasson	Eksjö Södra IK	2003
1500 m	5,00,1	Ida Nilsson	Högbý IF	1993
	5,00,1	Johanna Nilsson	Högbý IF	1995
Häck 60 m (76,2)	9,68	Emilia Rundqvist	Kalmar SK	2000
Längd, zon	5,13	Emmelie Sjökvist	Emådalens SK	1991
Tresteg, zon	10,37	Sofia Klüft	IFKVäxjö	1997
Höjd	1,56	Janna Abrahamsson	Nybro IF	1988
		Carolina Klüft	IFK Växjö	1995
Stav	2,05	Katherine Karlström	Högbý IF	2003
Kula (2,0)	13,45	Erica Andersson	Kalmar SK	2002
Diskus (0,6)	36,20	Erica Andersson	Kalmar SK	2002
Spijt (400)	34,32	Linda Krondahl	IFK Växjö	1986
Slägga	30,96	Erica Andersson	Kalmar SK	2002
Femkamp	4,227 e	Lina Andreasson	Eksjö Södra IK	2003

Bästa noteringar manuell tider m.m. (Endast resultat bättre än EL tid medtagna)

Män, M22, P19	100 m	10,3	Leif Jonsson	1987
Män	200 m	20,7	Owe Jonsson	1962
	400 m	46,1	Anders Faager	1972
	Spjut ä. mod.	80,32	Jan-Olof Damgren	1976
Män/Kvinnor	Castorama	3,343	Per Karlsson	1989
Kvinnor	Castorama lag	30,890	IFK Växjö	1992
	Spjut äld. mod	49,74	Gerd Andersson	1975
	Castorama	2,770	Annelie Drottman	1986
K22, F19	Staf. 4x100 m	47,2	IFK Växjö (Linda Stellemark, Linda Hansson, Jenny Järgren och Johanna Henriksson)	1992
POJKAR 17	Spjut äld. mod	72,78	Jan-Olof Damgren	1967
POJKAR 15, 14	Spjut äld. mod	60,44	Thomas Petersson	1969
POJKAR 14	Spjut äld. mod	60,44	Thomas Petersson	1969
POJKAR 13	Spjut äld. mod	48,98	Thomas Petersson	1968

INOMHUS

Män	60 m	6,6	Curt Johansson	1966
	400 m	48,4	Curt Johansson	1972

LANDSVÄGSLOPP

SEN, herrar	Maraton	2,17,19	Carl-Johan Olofsgård	1991
	Halvmaraton	1,05,11	Kent Claesson	1996
SEN, damer	Maraton	2,42,27	Monica Signahl	1991
	Halvmarathon	1,14,34	Monica Signahl	1991

IK Hakarspojkarna inbjuder till Junespelen 2004

Lördagen den 8/5 kl. 9.30
Råslätts Idrottsplats Jönköping

Grenar:

MS: 100 m, 800 m, höjd, längd, kula, diskus

KS: 100 m, 800 m, höjd, längd, kula, diskus

P19: Diskus

F19: Diskus

P17: 100 m, 800 m, höjd, tresteg, kula, diskus

F17: 100 m, 800 m, höjd, tresteg, kula, diskus

P15: 100 m, 800 m, 100 m häck, höjd, längd, kula, spjut

F15: 100 m, 800 m, 80 m häck, höjd, längd, kula, spjut

P13: 80 m, 600 m, 60 m häck, höjd, längd, kula, spjut

F13: 80 m, 600 m, 60 m häck, höjd, längd, kula, spjut

P11: 60 m, 600 m, längd, kula

F11: 60 m, 600 m, längd, kula

P9: 60 m, längd, boll

F9: 60 m, längd, boll

Anmälan: Skriftlig anmälan med angivande av klass och födelseår.
Senast 30 april vill vi ha er anmälan, som sändes till:
IK Hakarspojkarna, N. Klevaliden, 561 34 Huskvarna.
Anmälningar kan även faxas till 036-14 09 96 eller skickas
via e-mail: a.gronvall@telia.com.
Tidsprogrammet kommer finnas på www.ikhpu.nu/friidrott/junespelen.

Avgift: MS och KS 50:-/gren. Övriga klasser 40:-/gren. Kommer faktureras till klubben i efterhand. Efteranmälan mottages i mån av plats mot dubbel avgift.

Frågor: Peter Hackenschmidt tel. 036-615 02 eller Anders Grönvall tel. 036-15 03 24.

Sponsorer:

 Husqvarna

 Husqvarna

VIKING

VÄXJÖ LÖPARKLUBB

arrangerar 2004

- **Växjö Tjejlopp 19/8**
- **Växjö Marathon 16/10**

För inbjudan och information
kontakta:

VÄXJÖ LÖPARKLUBB

Alegatan 20, 352 40 VÄXJÖ

Tfn/fax 0470/478 30.

e-post: vaxjoloparklubb@telia.com

Hemsida: www.run.to/vaxjoloparklubb

FM Mattsson

**5 års
TEMP
GARANTI**
FM Mattsson

**5 års
KALK
GARANTI**
FM Mattsson

**5 års
TRYCK
GARANTI**
FM Mattsson



FM Mattsson AB
Box 427, 792 27 Mora
Tel. 0250-278 00, Fax. 0250-159 60
Org.nr 556051-0207
www.fmmattsson.com

I filmens värld är allt möjligt

Listiga lösningar på individuella förpackningsproblem. **Polyetenfolie, slang, bärkassar och påsar.**

Kvalificerat färgtryck i upp till 6 färger.
Spec. korta serier - korta leveranstider.
Begär offert och broschyr!



Mo Industri AB
Box 31, 560 25 Bottnaryd
Tel. 036-203 60. Fax. 036-202 83



Extruding Pac i Glimåkra AB
Box 123, 280 64 Glimåkra
Tel. 044-424 40. Fax. 044-425 07



i Jönköping med omnejd önskar alla välkomna!

Bankeryd	tel. 036-37 80 85
Eurostop	036-18 36 30
Gränna	0390-412 20
Hyltena	036-18 20 13
Kortebovägen	036-12 95 50
Odengatan	036-71 41 88
Taberg	036-648 38
Västra Jära	036-260 30
Österängen	036-39 63 25
Västgöte	036-470 95



IFK VÄXJÖ ARRANGEMANG 2004

Datum	Tävling	Klasser
1/5	Växjöloppet	M, K, M/K22, P/F11-17
4/5	Våruset	K
5/6	Smålands Ungdomsspel	M, K, P/F11-19
29/6	Wexio Games	M, K
18/9	Växjöolympiaden	P/F Åk 2-8

För information och beställningar av
inbjudningar:



Tel: 0470-161 16
Faxa på 0470-103 56,
e-post. info@ifkvaxjo.se
hemsida: www.ifkvaxjo.se
eller skriv till
IFK Växjö
Box 3007, 350 33 VÄXJÖ

**Välkomna till
Växjö**