

IF 5 infobrev - Tävlingar



Licensinfo:

- Tävlingslicens behövs för att tävla (dock inte i föreningens interna tävlingar som Terrängcup, Aktia cup...).
- Tävlingslicens skaffas från SUL via Suomisport portalen. Föreningen skaffar licens åt alla som anmält sig till hela säsongen. Du kan lätt kolla om ditt barn har licens på Suomisport appen. Råkar det sig att ni saknar licens och en tävling närmar sig kan ni köpa licensen själv också via ert barns Suomisport profil.

Tävlingskläder: Vi strävar till att tävla i föreningens officiella träningskläder, men för yngre idrottare duger även vår gröna träningströja (i brist på annat). Spikskor får användas men inget måste.

[IF5 Föreningskläder](#)

Resultatservice: De flesta tävlingsarrangörer matar in resultat online och dessa kan man följa med på denna sida: <https://live.tuloslista.com/>

Innan tävling:

- Man söker tävlingar och anmäler sig på www.kilpailukalenteri.fi

- Välj området (piiri) - för tävlingar i distriktet anordnade av svenska föreningar väljer man Österbotten och för finska Etelä-Pohjanmaa.
- T.ex. Tävlingen Botnia Junior Games ordnas av Vaasan Vasama och eftersom de hör till finska distriktet hittas de under E-P även om tävlingen ordnas i Botniahallen:

Päivämäärä	Luokittelu	Kilpailu	Paikkakunta	Ilm. päättää
21.01.	halli	Av. Pohjanmaan hallikilpailut	Kuortane	18.01. 23:59
27.01.	halli	Botnia Junior Games	Mustasaari	24.01. 23:59
11.02.	halli	Avoimet Pohjanmaan hallikisat II	Kuortane	08.02. 23:59

- Här hittas all nödvändig info om tävlingen:

1. Tidtabell - "Aikataulu" (vanligen preliminär ända tills tävlingsdagen)
2. Grenar och vem som anmält sig (klicka på gren)
3. Själva anmälningslänken → ilmoittaudu kilpailuun
4. Nyttig info av arrangören - "Lisätietoja"

Botnia Junior Games		Hallikilpailu
la 27.01.		Mustasaari, Botniahalli
Järjestävä seura	Vaasan Vasama	
WA-luokka	F	
WWW	https://www.vaasanvasama.fi/	
Järjestäjän lisätiedot	Aikataulu	
Sarjat/Lajit	27.01. klo 09:00 alkaen: M: 60m , 200m , 800m , 3000m , korkeus , seiväs , pituus , 3-loikka , kuula N: 60m , 200m , 800m , 3000m , korkeus , seiväs , pituus , 3-loikka , kuula M19: 60m , 200m , korkeus , seiväs , pituus , kuula N19: 60m , 200m , korkeus , seiväs , pituus , kuula M17: 60m , 200m , 3000m , korkeus , seiväs , pituus , kuula N17: 60m , 200m , 3000m , korkeus , seiväs , pituus , kuula P15: 60m , 800m , korkeus , seiväs , pituus , kuula T15: 60m , 800m , korkeus , seiväs , pituus , kuula P13: 60m , 800m , korkeus , seiväs , pituus , kuula T13: 60m , 800m , korkeus , seiväs , pituus , kuula P11: 60m , pituus , kuula T11: 60m , pituus , kuula P9: 40m , pituus , kuula T9: 40m , pituus , kuula	
Lajien lisätiedot		
Ilmoittautuminen	24.01.2024 mennessä Lisätiedot: Ei jälki-ilmoittautumista, hankkikaa lisenssi ajoissa jotta ilmoittautuminen onnistuu. Ilmoittautumismaksut ei koske Vaasan Vasaman urheilijoita. Ilmoittaudu kilpailuun	
Ilmoittautumismaksut	12€ / laji. Tässä kilpailussa on käytössä ilmoittautumismaksujen verkkomaksaminen. Ilmoittautumismaksut tulee maksaa ilmoittautumisen lopuksi verkkopankissa. Tarkat ilmoittautumismaksut ovat ilmoittautumisen lajien valinnan yhteydessä.	
Tiedustelut	Henkilö/Toimisto: Sami Elomaa Sähköpostiosoite: sameli.elomaa@gmail.com Puhelin: 040 5445246	
Tulospalvelu		
Lisätietoja	Paikan päällä ei voi ilmoittautua, mahdolliset korjaukset tietoihin 25.1. mennessä sähköpostilla. Lisälajeina T/P-7 40m, ilmoittautuminen sähköpostilla 24.1. mennessä, maksu paikan päällä 6e, tasaraha käteisenä. Jos 7 v. urheilija täyttää 8 v. 2024, hän kuuluu 9 v. sarjaan. T/P 9-11 pituus ja kuula 4 suoritusta kaikilla. Kilpailupaikalla oltava viimeistään 30min ennen lajin alkua, varmistukset tehdään suorituspaikoilla.	

Anmälan

- Välj förening och sök idrottaren med licens från listan (senast här märker man om man saknar licens)

27.01. klo 09:00 Botnia Junior Games Ilmoittautuminen

1. Urheilijoiden valinta 2. Lajien valinta 3. Lajitiedot 4. Vahvistus 5. Kuittaus

Urheilijahaku	
Sukupuoli	Ikäluokka
Molemmat ▼	Kaikki ▲
	7 ja alle
	9
	11 ▼
Seura	
IF Femman ▼	
Tyhjennä Hae	

- Välj deltagare, gren och klicka "jatka" och följ anvisningarna

1. Urheilijoiden valinta 2. Lajien valinta 3. Lajitiedot 4. Vahvistus 5. Kuittaus

Valitse lajit joihin haluat urheilijat ilmoittaa

Lajien valinta - Botnia Junior Games	
Naiset	
Lajit	
T9:	☒ 40m, 12 EUR ☐ pituus, 12 EUR ☐ kuula, 12 EUR
Muut sarjat:	Valitse laji ▼
Lajit	
T13:	☐ 60m, 12 EUR ☐ 800m, 12 EUR ☒ korkeus, 12 EUR ☐ seiväs, 12 EUR ☐ pituus, 12 EUR
	☐ kuula, 12 EUR
Muut sarjat:	Valitse laji ▼
Jatka	

- Efter att anmälan är gjord, betald och bekräftad syns idrottaren som deltagare i sin gren.
- De flesta tävlingar har online betalning, men ibland sköts betalningen via kontoöverföring eller kontant:

Lisätietoja	Paikan päällä ei voi ilmoittautua, mahdolliset korjaukset tietoihin 25.1. mennessä sähköpostilla. Lisälajeina T/P-7 40m, ilmoittautuminen sähköpostilla 24.1. mennessä, maksu paikan päällä 6e, tasaraha käteisenä. Jos 7 v. urheilija täyttää 8 v. 2024, hän kuuluu 9 v. sarjaan.
-------------	---

Tävlingsdagen

- Senast på tävlingsdagen löns det att kolla ändringar i tidtabellen! Ändringar sker i regel nästan alltid tills slutliga antalet anmälda är bekräftat.

- Kom i tid till tävlingen så att ni hinner byta om, värma upp och bekanta er med tävlingsplatsen. Till tävlingar längre bort ordnas det ibland gemensam transport eller så kan man samåka
- Väl på plats håller man själv koll på tidtabellen och går till den gren man ska delta i.
- I kast- och hoppgrenar får man göra några träningskast/hopp så det lönar sig att vara vid utövningsplatsen i god tid innan start. Vid korta löpsträckor kan man ställa in startblock och öva på starten.

- Viktigt att inte ta ut sig innan själva tävlingen, även om barnen vanligen vill öva och öva :)
- Bekräftelse (varmistus), dvs att man deltar sker vanligen på utövningsplatsen genom namnupprop - kolla info av arrangören:

Kilpailupaikalla oltava viimeistään 30min ennen lajin alkua, varmistukset tehdään suorituspaikoilla.

- Uppvärmningen gör man själv, med förälder eller kompis. Har vi många deltagare från föreningen kan vi ordna en gemensam uppvärmning mha föräldrar eller tränare som är på plats.
- Kom ihåg att inte äta för nära grenprestation samt besöka toalett i god tid. Mellanmål är bra att äta mellan grenar.

Kom ihåg!

- Tävlingen kan kännas spännande men påminn barnen om att det viktigaste är att man deltar, har kul och samlar erfarenheter. Alla kan inte vinna och därför kan det vara bra att tänka att man tävlar för att följa med sina egna resultat och se hur man utvecklas mellan tävlingarna.

Efter tävling

- Gör det till vana att varva ner efter tävling – jogga en stund i lugn tempo, stretcha osv.
- Många moment i träning och tävling baserar sig på att öva in rutiner
- Ät och drick nyttigt så återhämtar kroppen sig (gäller även efter normal träning)
- Kolla igenom resultaten och uppmuntra barnen till att se fram emot nästa tävling eller träning.
Fundera kring vad som gick bra, vad kunde ha gått bättre etc.

Lycka till :)