

VF-cupen 2019/2020

Nu är det dags för inomhussäsongens roliga klubbävling VF-cupen. Denna gång riktar sig tävlingen till alla ungdomar i klubben födda **2006 och senare**. Vi genomför sex tävlingsomgångar i höst/vinter enligt nedan.

Pojkarna tävlar i en klass (**2006 och senare**) och flickorna (**2006 och senare**) i en klass oavsett ålder. Det finns även en öppen klass för deltagare födda 2005 eller tidigare.

Resultatet (obs inte placering) i varje gren ger poäng enligt en poängtabell för respektive ålder. (-06:or, -07:or, -08:or, -09:or, -10:or; -11:or och som yngst deltagande barn födda -12)

Man springer, hoppar och kastar alltså tillsammans med sin egen åldersklass*, men i den sammanlagda poängcupen finns bara en klass för pojkar respektive en klass för flickor.

De 8 bästa resultaten (poängen) för varje deltagare räknas samman till en slutsumma. Priser delas ut till de tio bästa totalt i pojk- respektive flickklassen och till de som deltagit i minst 4 grenar.

Alla grenar genomförs i Westinghouse Arena (d.v.s. Friidrottshallen) och tävlingen pågår ca 1,5-3 timmar varje gång. Starttid 10:00 för F/P8, 9 och 10. Starttid 11:00 för F/P11, 12, 13 och 14.

Anmälan på plats senast 30 min före utsatt starttid!

Tävlingsdag	Pojkar	Flickor
söndag 13 oktober	60m, kula	60m, höjd
lördag 9 november	200m, längd	200m, längd
söndag 8 december	60m häck, höjd	60m häck, kula
lördag 1 februari	600m alla, tresteg 13-14 år, övriga längd	600m alla, tresteg 13-14 år, övriga längd
söndag 16 februari	60m alla, kula 13-14 år övriga höjd	60m alla, kula
lördag 7 mars	60m häck alla, stav 13-14 år, övriga kula	60m häck alla, stav 13-14 år, övriga höjd

PRISUTDELNING: Onsdag 18 mars 18:00 i Westinghouse Arenan (Ansvariga VFK08/09:3)

Tävlingsansvariga: Ungdomstränarna, se nedan:

- Omgång 1: VFK 06/07:1 och VFK 10/11:1
- Omgång 2: VFK 06/07:2 och VFK 12/13:1
- Omgång 3: VFK 08/09:4 och VFK 10/11:2
- Omgång 4: VFK 06/07:2, VFK 06/07:4 och VFK 10/11:4
- Omgång 5: VFK 08/09:1, VFK 08/09:3 och VFK 08/09:5
- Omgång 6: VFK 08/09:1, VFK 08/09:5 och VFK 10/11:3

Varje grupp som arrangerar kallar 10-12 st. föräldrar som funktionärer, så att alla grenarna flyter på som de ska. Läs på reglerna på www.friidrott.se/alltom/regler/regler1.aspx

* Information angående åldersklasser inför inomhussäsongen:

Redan nu på hösten, till starten av inomhussäsongen **2019/2020**, tar barnen ett kliv upp i åldersklasserna så att -06:or numera tillhör klassen P/F-14 år o.s.v. ned till -12 som räknas som P/F-8 år (se nedan):

P/F 14: -06, P/F 13: -07, P/F 12: -08, P/F 11: -09, P/F 10: -10, P/F 9: -11, P/F 8: -12

