

PM Extra Gotland-Stockholms lag

Varmt välkomna till Svealands regionsmästerskap i friidrott Sätra friidrottshall 18–19 mars. Här kommer lite extra information från Jeanette gällande Gotland-Stockholms lag.

Vi ser gärna att ni är på plats så mycket ni kan under helgen och hejar fram ert lag. Svealands Regionsmästerskap är en lagtävling, även om individuella Svealandsmästare också koras.

SAMLINGSPLATS

Vår samlingsplats är längst ner i hallen på rakbanorna. Här hämtar ni ut er lagtröja, i år svarta för lag Öst och vita för lag Väst. Självklart kan ni tävla i egen klubbdräkt, vi ser dock att ni använder er lagtröja så mycket ni kan så vi kan heja fram er ordentligt.

Här finns också era lagledare och grencoacher, när de inte är på arenan och hejar fram laget.

Undrar ni över något finns alltid Jeanette, Olle eller annan glad person på plats. Vi kommer dessutom att sätta upp tidsprogram, vilka som springer i de olika stafettlagen osv i vår hörna. Det går också bra att komma ner till oss för att hänga, vila osv.

TÄVLINGS PM och TIDSPROGRAM

Det är viktigt att ni läser tävlings-PM och tidsprogrammet noga.

STARTLISTOR och AVPRICKNING

Startlistorna finns publicerade på Easyecord, här prickar ni också av er. [EasyRecord](#)

18-19 mars Regionsmästerskap Gotland-Stockholm 📍 Stockholm

Anmälan Hemsida Startlista Resultat ● Följ live Avprickning

AVBOKNING

Tävlingen är nu stängd för anmälan. Luncher är beställda för alla till båda dagarna, tröjor beställda och levererade. Den totala kostnaden kommer att fördelas per deltagare och faktureras respektive klubb. Avbokningar senare än 12 mars 2023 kommer att debiteras. Vid sjukdom ska läkarintyg uppvisas.

LAGLEDARE/COACHER

Alla Gotland-Stockholms ledare har röda funktionströjor. För mer info se sist i PM:et.

STAFETTER

Gotland-Stockholm har två lag per ålder och ÖST/VÄST. Er lagledare ansvarar för vilka som springer i vilket lag. I år springs det med tre tjejer och tre killar i samma ålder. Stafettregler kommer att sättas upp i vår hörna, så snart de är spikade.

ÖVRIGT

Nötförbud Det är förbjudet att förtära nötter eller livsmedel innehållandes nötter i anslutning till arenan och vår hörna samt där måltider serveras.

Lunch serveras båda dagarna, till aktiva och lagens ledare, i hallens foajé.

Notera att ledarna INTE får dela ut läkemedel såsom exempelvis Ipren och Alvedon.

Gå gärna med i vår Facebookgrupp. Här publiceras nyheter, bilder, intervjuer med mera fortlöpande fram till och under tävlingen.

Huvudledare	Jeanette Sténson Hallgren	jeanette.stenson-hallgren@08fri.se
Huvudledare	Olle Billgren	
LAGLEDARE	Namn	Klubb
Lagledare Öst födda 2010 tjejer	Mattias Jergmar	Boo IF
Lagledare Öst födda 2010 killar	Karin och Staffan Lindberg	Hellas FK
Lagledare Öst födda 2009 tjejer	Fredrik Sandström	Tureberg Friidrott
Lagledare Öst födda 2009 killar	Fredrik Sandström mfl	Tureberg Friidrott
Huvudledare för hela lag Öst.	Karin och Staffan Lindberg	Hellas FK
Lagledare Väst födda 2010 tjejer	Nathalie Wetterstrand	Hässelby SK
Lagledare Väst födda 2010 killar	Frans Borgstrand	Mälarhöjdens IK
Lagledare Väst födda 2009 tjejer	Åsa Härkegård	Mälarhöjdens IK
Lagledare Väst födda 2009 killar	Tomas Ahlberg	Bromma
Huvudledare för hela lag Väst.	Eerika Kiili	Hammarby
Samtliga lagledare följer med sitt lag och hejar på dem, ev hjälper de även till som coacher.		
GRENCOACHER		
Längd/tresteg	Robert Wallstén	Huddinge AIS
Längd/tresteg	Vid behov Eerika Kiili	Hammarby
stav	Petra Olsen	fd elitaktiv och tränare
stav	Rasmus Carlsson	elitaktiv
stav	Carl Sténson	elitaktiv och tränare
Höjd	Nils Wiklund	Tureberg
Höjd	Peter Neovius	Mälarhöjden
Sprint/häck/Stafett	Eva Hedlund	Bromma IF
Sprint/Häck	ALLA Lagledare hjälper till	
Medeldistans	Erik Bowallius	Sundbybergs friidrott
Kula/vikt	Linda Lindblom	Hammarby friidrott