



PM för LILLA Olympiaden 2026

Välkomna till Järvsö och Lilla OS som i år arrangeras för 70:e gången på Strandvallen. Drygt 400 deltagare, som kommer att göra över 2350 starter vilket är nästan rekord.

Vi i Järvsö IF är förstås stolta över vår tävling som håller sin popularitet på Strandvallen med sin speciella charm.

VIKTIGT På grund av stort tryck på vissa grenar behöver vi byta dag på 2 grenar. P13 Kula flyttas till lördag. F12 Spjut flyttas till söndag

ÖPPNINGSCEREMONIN följer i stort tidigare års upplägg och den inleder Lilla OS 09.30 på lördagen. Vid inmarschen har vi namnskyltar för varje förening och önskar att dessa bärs av en aktiv som, om möjligt, har klubbens overall. Bakom skyltarna följer sedan klubbens ALLA DELTAGARE och gärna ledare. Klubbfanor höjer effekten och är välkomna.

VÅRA FUNKTIONÄRER kommer att göra sitt bästa och tar gärna emot både uppmuntran och hjälp.

AVPRICKNING sker via [Easyrecord](#) senast 45 minuter före grenstart. Gäller ALLA grenar.

EFTERANMÄLNINGAR (grenbyte är efteranmälan) i mån om plats, sker online på Easyrecord senast 1 timme innan grenens start. Efteranmälan kostar 200:-

TIDSPROGRAMMET är upplagt så att krockar ska undvikas. Dock kan krock uppstå om man anmält sig i en annan klass än sin egen.

KOMBINATIONSTÄVLINGEN tycker vi är extra fin, och därför utdelas segraren även ett extrapris. **Alla som är anmälda i sprint, höjd och spjut/boll kan anmäla sig.** Platssiffra räknas bland alla tävlande i grenen och lägsta platssifferserie vinner.

För sprint är det placeringar i FÖRSÖK som räknas. Poäng ges i lagtävlingen.
Anmälan senast 10:00 lördag

REKORD Pris delas ut till de som slår Lilla OS-rekord.

LILLA OS-PROFILEN Även i år kommer "Årets Lilla OS-profil" att utdelas till den i varje klubb, med minst fem deltagare, som av klubbedarna bedöms ha svarat för den mest positiva insatsen i klubben men kanske inte nödvändigtvis lyckats erövra medaljer. Uppgift om mottagare lämnas till Prisutdelningsbordet senast söndag 12:00.

LAGTÄVLINGEN Hälsinglands Sparbanks lagpris på 3000:- till bästa klubb tillfaller den som når högsta poängsumman efter 6, 5, 4, 3, 2, 1 i alla grenar och dessutom 1000:- till bästa Hälsingeklubb

ANTAL FÖRSÖK Då det i år är så många deltagare, har Tävlingsledningen beslutat att det kommer vara **3 försök** i alla hopp och kastgrenar för att kunna få ihop Tidsprogrammet.

VINDMÄTNING sker i alla grenar i klasser 13-17 (och seniorer)

HOPPZON används till och med klass P/F 13



REDSKAPSVIKTER

	P17	P15	P14	P13	P12	P11	P10	P9
Kula	5kg	4kg	4kg	3kg	3kg	2kg	2kg	1kg
Diskus	1,5kg	1kg	1kg	0,6kg	0,6kg	-	-	-
Slägga	5kg	4kg	4kg	3kg	-	-	-	-
Spjut	700g	600g	600g	400g	400g	400g	-	-
Boll	-	-	-	-	-	-	300g	300g

	F17	F15	F14	F13	F12	F11	F10	F9
Kula	3kg	3kg	3kg	2kg	2kg	2kg	2kg	1kg
Diskus	1kg	0,75kg	0,75kg	0,6kg	0,6kg	-	-	-
Slägga	3kg	3kg	3kg	2kg	-	-	-	-
Spjut	500g	500g	500g	400g	400g	400g	-	-
Boll	-	-	-	-	-	-	300g	300g

OMKLÄDNINGSRUM Vi har fram till 18:00 på söndag tillgång till ett omklädningsrum i Hockeyarenan. Innanför den högra ytterdörren, direkt det första till vänster.

OBS. Det är skoförbud in i arenan.

Järvsö Hockey kommer även dom ha aktiviteter under helgen.

Det kommer även att finnas 2 toavagnar på området.

PARKERING Får enligt räddningstjänsten inte ske närmare än 5 meter från hockeyarenan.

Vid Padelhallen finns också några anvisade parkeringar. OBS vi får ej parkera mot byggnaden då de är reserverade för padel-spelare.

KAMRATMIDDAGEN är populär, men det finns fortfarande plats.

Friidrotts-Quiz börjar ca: 19.30

Anmälan till: hansenskok@sonicaudio.se

FÖRTÄRING Vid tävlingsområdet finns en kiosk med mat och fika. Vatten finns vid sekretariatet.

ADRESS Strandvägen 31. Järvsö