***Utmerkingar reglement sesongen 2015 - 2016***

***Bremnes Idrettslag***

***FRIIDRETT***



**Innhald**

[1. DOKUMENT ENDRINGAR 2](#_Toc440126819)

[2. INNLEDNING 3](#_Toc440126820)

[3. PREMIEOVERSIKT 4](#_Toc440126821)

[3.1. Gutar 4](#_Toc440126822)

[3.2. Jenter 4](#_Toc440126823)

[3.3. Gutar/Jenter 4](#_Toc440126824)

[4. GENERELLE REGLAR 4](#_Toc440126825)

[5. UTFYLLANDE REGLAR FOR KVAR PREMIE 5](#_Toc440126826)

[5.1. Beste LØP 5](#_Toc440126827)

[5.2. Beste HOPP 5](#_Toc440126828)

[5.3. Beste KAST 5](#_Toc440126829)

[5.4. Beste TREKAMP – LØP/HOPP/KAST 5](#_Toc440126830)

[5.5. Beste FRAMGONG I TREKAMP – LØP/HOPP/KAST 6](#_Toc440126831)

[5.6. MEST ALLSIDIGE UTØVAR 6](#_Toc440126832)

[5.7. GYLDIGE ØVINGAR FOR JENTER 7](#_Toc440126833)

[5.8. GYLDIGE ØVINGAR FOR GUTAR 9](#_Toc440126834)

# DOKUMENT ENDRINGAR

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Revisjon** | **Dato** | **Kommentar** |
| 1 | 09.01.2016 | Første utgåve |
| 2 | 01.02.2016 | Endra startalder frå 10 til 11 år for å følgja ”Bestemmelser om barneidrett” |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

# INNLEDNING

Intensjonen med å oppretta dokumentet ”Utmerkingar reglement”, er å formalisera dei mangeårige uskrivne reglane for statuettane som blir utdelt på friidrettsårfesten kvar haust. Først og fremst for å unngå misforståingar av reglementet, og presisera i detalj alle kriteria som gjeld for dei enkelte premiane. Dette vil forhåpentlegvis unngå ulike oppfatningar om kva som er dei korrekte kriteria, og unngå diskusjonar, slik me har hatt dei siste åra, frå skuffa utøvarar som trudde dei hadde vunne statuettane.

Har justert nedre aldersgrensa for utmerkingane frå 10 til 11 år for å følgja ”Bestemmelser for barneidrett” vedtatt på idrettstinget 2007.

<https://www.friidrett.no/globalassets/dokumenter/barn-og-ungdom/handbok-web-juni-2014.pdf>.

På side 25 og 26 i dette dokumentet står da bl.a:

* Ved premiering skal alle til og med 10 år ha samme premie.
* Fra det året barnet er 11 år kan det benyttes resultatlister, tabeller og rangeringer i konkurranser.
* Det føres ikke statistikk eller rekordnoteringer for utøvere som er 10 år og yngre.
* Dersom det benyttes resultatlister, kan disse være alfabetisk opp til og med 10 år.
* Det kan ikke søkes dispensasjon fra Bestemmelser om barneidrett.

Forhåpentlegvis kan reglementet vera til inspirasjon for utøvarane, til å yta ein ekstra innsats for å prøva å vinna ein eller fleire av statuettane. Tanken er at da til ein kvar tid gjeldande dokumentet skal vera tilgjengeleg på Bremnes IL internettside under menyen ”Grupper” – ”Friidrett”. <http://www.kxweb.no/portal/theme/organization/main.do;jsessionid=D9F17CA1A24D75E3D603A7A6A4517A01?siteId=39>

# PREMIEOVERSIKT

## Gutar

Beste LØP resultat av gut 11-19 år etter Tyrvingtabellen.

Beste HOPP resultat av gut 11-19 år etter Tyrvingtabellen.

Beste KAST resultat av gut 11-19 år etter Tyrvingtabellen.

Beste TREKAMP (LØP/HOPP/KAST) resultat av gut 11-19 år etter Tyrvingtabellen.

MEST ALLSIDIG UTØVAR til gut 11-19 år som har deltatt i flest gyldige øvingar for årsklassen.

## Jenter

Beste LØP resultat av jente 11-19 år etter Tyrvingtabellen.

Beste HOPP resultat av jente 11-19 år etter Tyrvingtabellen.

Beste KAST resultat av jente 11-19 år etter Tyrvingtabellen.

Beste TREKAMP (LØP/HOPP/KAST) resultat av jente 11-19 år etter Tyrvingtabellen.

MEST ALLSIDIG UTØVAR til jente 11-19 år som har deltatt i flest gyldige øvingar for årsklassen.

## Gutar/Jenter

Beste FRAMGONG I TREKAMP (LØP/HOPP/KAST) av gut eller jente 11-19 år etter Tyrvingtabellen.

# GENERELLE REGLAR

Utøvarens alder er antal år han/ho blir i løpet av året 2016. Dvs. 11-19 år er årsklassane 2005-1997.

Siste versjon av Tyrvingtabellen brukast. Da er for tida Tyrvingtabellen 2014. <https://www.friidrett.no/aktivitet/poengtabeller/tyrvingtabellen/>

Utøvarar yngre enn 11 år kan ikkje delta i 11 årsklassen.

Utøvaren må vera registrert og betalande medlem i Bremnes IL friidrett.

Resultata må vera oppnådd i approbert konkurranse innandørs eller utandørs i perioden frå og med november 2015 til og med oktober 2016.

# UTFYLLANDE REGLAR FOR KVAR PREMIE

## Beste LØP

Beste LØP resultat etter Tyrvingtabellen oppnådd av utøvar.

Resultat oppnådd i meir enn godkjent medvind 2,0m/sek er ikkje teljande.

For å samanlikna manuelle tider med elektroniske må ein for manuelle tider legga til:

* 0,24 sekunder – 100 m, 110 m, 150 m og 200 m
* 0,20 sekunder – 60 m, 80 m og 300 m
* 0,14 sekunder – 400 m

Dersom fleire utøvarar har oppnådd same poengsum, er resultat i nest beste løpsøving avgjerande.

## Beste HOPP

Beste HOPP resultat etter Tyrvingtabellen oppnådd av utøvar.

Resultat oppnådd i meir enn godkjent medvind 2,0m/sek eller for lav hoppgrop er ikkje teljande.

Dersom fleire utøvarar har oppnådd same poengsum, er resultat i nest beste hoppøving avgjerande.

## Beste KAST

Beste KAST resultat etter Tyrvingtabellen oppnådd av utøvar.

Dersom fleire utøvarar har oppnådd same poengsum, er resultat i nest beste kastøving avgjerande.

## Beste TREKAMP – LØP/HOPP/KAST

Utøvar med høgast poengsum etter Tyrvingtabellen i valfri LØP, HOPP og KAST øving.

LØP og HOPP resultat oppnådd i meir enn godkjent medvind 2,0m/sek, eller HOPP oppnådd i for lav hoppgrop er ikkje teljande.

## Beste FRAMGONG I TREKAMP – LØP/HOPP/KAST

Gut eller jenteutøvar 11-19 år som forbetrar seg mest frå året før i kombinasjonen LØP/HOPP/KAST etter Tyrvingtabellen.

11-åringar kan kjempa om premien ved å ta utgangspunkt i resultat oppnådd i 10 årsklassen, sidan første teljande årsklasse i Tyrvingtabellen er 10 år.

Utøvaren treng ikkje delta i dei same øvingane begge åra.

Utøvaren som vinn BESTE TREKAMP kan IKKJE få premien BESTE FRAMGONG I TREKAMP i tillegg.

Skjønn kan til ei viss grad brukast av friidrettsstyret for å kåra vinnaren av premien.

## MEST ALLSIDIGE UTØVAR

Utøvar frå 11-19 år som har deltatt i flest gyldige øvingar for årsklassen.

Kriterium for gyldige øvingar for årsklassen er kapittelet ”FRIIDRETTENS ØVELSESUTVALG” i boka ”Friidrett for barn og ungdom”( https://www.friidrett.no/globalassets/dokumenter/barn-og-ungdom/handbok-web-juni-2014.pdf ), Tyrvingtabellen samt dei tradisjonelle øvingane 150 m og ”tresteg utan tilløp (innandørs). Tyrvingtabellen 2014 er for tida identisk med ”FRIIDRETTENS ØVELSESUTVALG”.

Høgde utan tilløp, lengde utan tilløp og tresteg utan tilløp er berre gyldig som innandørsøvingar.

Vert ikkje skilt på om utøvaren har deltatt i øvingane innandørs eller utandørs. Same øvinga innandørs og utandørs gjeld berre som ei øving.

Skjønn blir vektlagt for å samanlikna spesielle innandørsøvingar med utandørsøvingar. For eksempel kan 60m hekk innandørs for enkelte aldersklassar tilsvara øvingane 80/100/110m hekk utandørs.

Mangekamp og kappgang blir ikkje definert som ei øving i denne samanhengen.

Øvingar utanfor bane (motbakkeløp, terrengløp, mosjonsløp og maraton blir ikkje definert som ei øving i denne samanhengen.

Ikkje lov å arrangera ekstraøvingar på eigenhand på våre stemner for å oppnå fleire øvingar. Då må øvingane bli annonsert på førehand slik at alle får tilbod om å delta i dei.

Dersom fleire utøvarar har deltatt i like mange øvingar, blir vinnaren den med flest poeng etter Tyrvingtabellen. Sidan ikkje alle gyldige øvingar har Tyrvingtabell (som for eksempel tresteg utan tilløp), summerer ein like mange Tyrvingtabell-øvingar frå kvar utøvar for å kåra vinnaren.

## GYLDIGE ØVINGAR FOR JENTER

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| JENTER | Høgde  cm | Avstand  m | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 40 m |  |  | X |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 60 m |  |  | X | X | X | X | X | X | X | X | X |
| 80 m |  |  | X | X | X | X | X | X | X | X | X |
| 100 m |  |  |  | X | X | X | X | X | X | X | X |
| 150 m |  |  |  | E | E | E | E | E | E | E | E |
| 200 m |  |  | X | X | X | X | X | X | X | X | X |
| 300 m |  |  |  | X | X | X | X | X | X | X | X |
| 400 m |  |  |  |  |  | X | X | X | X | X | X |
| 600 m |  |  | X | X | X | X | X | X | X | X | X |
| 800 m |  |  |  |  |  | X | X | X | X | X | X |
| 1000 m |  |  |  |  |  | X | X | X | X | X | X |
| 1500 m |  |  |  | X | X | X | X | X | X | X | X |
| 2000 m |  |  |  |  |  | X | X | X | X | X | X |
| 3000 m |  |  |  |  |  |  |  | X | X | X | X |
| 5000 m |  |  |  |  |  |  |  |  | X | X | X |
| 10000 m |  |  |  |  |  |  |  |  |  | X | X |
| 1500 m hinder | 76,2 |  |  |  |  | X | X | X |  |  |  |
| 2000 m hinder | 76,2 |  |  |  |  |  |  |  | X | X | X |
| 3000 m hinder | 76,2 |  |  |  |  |  |  |  | X | X | X |
| 60 m hekk | 68 | 6,5 | X |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 60 m hekk | 76,2 | 7 |  | X |  |  |  |  |  |  |  |
| 60 m hekk | 76,2 | 7,5 |  |  | X | X |  |  |  |  |  |
| 80 m hekk | 76,2 | 8 |  |  |  |  | X | X |  |  |  |
| 100 m hekk | 76,2 | 8,5 |  |  |  |  |  |  | X |  |  |
| 100 m hekk | 84 | 8,5 |  |  |  |  |  |  |  | X | X |
| 200 m hekk | 68 | 19 | X | X | X |  |  |  |  |  |  |
| 200 m hekk | 76,2 | 19 |  |  |  | X | X | X | X | X | X |
| 300 m hekk | 76,2 | 35 |  |  |  | X | X | X | X | X | X |
| 400 m hekk | 76,2 | 35 |  |  |  |  |  |  |  | X | X |
| JENTER | Høgde  cm | Avstand  m | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| Høgde |  |  | X | X | X | X | X | X | X | X | X |
| Høgde u/ tilløp |  |  | X | X | X | X | X | X | X | X | X |
| Lengde |  |  | XS | XS | XS | X | X | X | X | X | X |
| Lengde u/ tilløp |  |  | X | X | X | X | X | X | X | X | X |
| Stav |  |  | X | X | X | X | X | X | X | X | X |
| Tresteg |  |  | XS | XS | XS | X | X | X | X | X | X |
| Tresteg u/ tilløp |  |  | E | E | E | E | E | E | E | E | E |
| Kule 2 kg |  |  | X | X | X |  |  |  |  |  |  |
| Kule 3 kg |  |  |  |  |  | X | X | X | X |  |  |
| Kule 4 kg |  |  |  |  |  |  |  |  |  | X | X |
| Diskos 0,6 kg |  |  | X | X | X |  |  |  |  |  |  |
| Diskos 0,75 kg |  |  |  |  |  | X | X |  |  |  |  |
| Diskos 1 kg |  |  |  |  |  |  |  | X | X | X | X |
| Slegge 2 kg  (110 cm) |  |  | X | X | X |  |  |  |  |  |  |
| Slegge 3 kg  (119,5 cm) |  |  |  |  |  | X | X | X | X |  |  |
| Slegge 4 kg  (119,5 cm) |  |  |  |  |  |  |  |  |  | X | X |
| Spyd 0,4 kg |  |  | X | X | X | X |  |  |  |  |  |
| Spyd 0,5 kg |  |  |  |  |  |  | X | X | X |  |  |
| Spyd 0,6 kg |  |  |  |  |  |  |  |  |  | X | X |
| Liten ball 150 g |  |  | X | X | X | X |  |  |  |  |  |
| Slengball 1 kg  (kort reim) |  |  | X | X |  |  |  |  |  |  |  |
| GYLDIGE ØVINGAR |  |  | 20 | 23 | 22 | 28 | 27 | 28 | 30 | 32 | 32 |

X = Friidrettens øvelsesutvalg

E = Ekstra tradisjonell øving

S = Satssone 50 cm før satslinja.

## GYLDIGE ØVINGAR FOR GUTAR

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| GUTAR | Høgde  cm | Avstand  m | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 40 m |  |  | X |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 60 m |  |  | X | X | X | X | X | X | X | X | X |
| 80 m |  |  | X | X | X | X | X | X | X | X | X |
| 100 m |  |  |  | X | X | X | X | X | X | X | X |
| 150 m |  |  |  | E | E | E | E | E | E | E | E |
| 200 m |  |  | X | X | X | X | X | X | X | X | X |
| 300 m |  |  |  | X | X | X | X | X | X | X | X |
| 400 m |  |  |  |  |  | X | X | X | X | X | X |
| 600 m |  |  | X | X | X | X | X | X | X | X | X |
| 800 m |  |  |  |  |  | X | X | X | X | X | X |
| 1000 m |  |  |  |  |  | X | X | X | X | X | X |
| 1500 m |  |  |  | X | X | X | X | X | X | X | X |
| 2000 m |  |  |  |  |  | X | X | X | X | X | X |
| 3000 m |  |  |  |  |  |  |  | X | X | X | X |
| 5000 m |  |  |  |  |  |  |  |  | X | X | X |
| 10000 m |  |  |  |  |  |  |  |  |  | X | X |
| 1500 m hinder | 76,2 |  |  |  |  | X | X | X |  |  |  |
| 2000 m hinder | 91,4 |  |  |  |  |  |  |  | X | X | X |
| 3000 m hinder | 91,4 |  |  |  |  |  |  |  | X | X | X |
| 60 m hekk | 68 | 6,5 | X |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 60 m hekk | 76,2 | 7 |  | X |  |  |  |  |  |  |  |
| 60 m hekk | 76,2 | 7,5 |  |  | X |  |  |  |  |  |  |
| 80 m hekk | 84 | 8 |  |  |  | X |  |  |  |  |  |
| 100 m hekk | 84 | 8,5 |  |  |  |  | X |  |  |  |  |
| 100 m hekk | 91,4 | 8,5 |  |  |  |  |  | X |  |  |  |
| 110 m hekk | 91,4 | 9,14 |  |  |  |  |  |  | X |  |  |
| 110 m hekk | 100 | 9,14 |  |  |  |  |  |  | X | X | X |
| 110 m hekk | 106,7 | 9,14 |  |  |  |  |  |  |  | X | X |
| 200 m hekk | 68 | 18,29 | X | X | X |  |  |  |  |  |  |
| GUTAR | Høgde  cm | Avstand  m | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 200 m hekk | 76,2 | 18,29 |  |  |  | X | X | X | X | X | X |
| 300 m hekk | 76,2 | 35 |  |  |  | X | X |  |  |  |  |
| 300 m hekk | 84 | 35 |  |  |  |  |  | X | X |  |  |
| 300 m hekk | 91,4 | 35 |  |  |  |  |  |  |  | X | X |
| 400 m hekk | 84 | 35 |  |  |  |  |  |  | X | X | X |
| 400 m hekk | 91,4 | 35 |  |  |  |  |  |  |  | X | X |
| Høgde |  |  | X | X | X | X | X | X | X | X | X |
| Høgde u/ tilløp |  |  | X | X | X | X | X | X | X | X | X |
| Lengde |  |  | XS | XS | XS | X | X | X | X | X | X |
| Lengde u/ tilløp |  |  | X | X | X | X | X | X | X | X | X |
| Stav |  |  | X | X | X | X | X | X | X | X | X |
| Tresteg |  |  | XS | XS | XS | X | X | X | X | X | X |
| Tresteg u/ tilløp |  |  | E | E | E | E | E | E | E | E | E |
| Kule 2 kg |  |  | X |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Kule 3 kg |  |  |  | X | X |  |  |  |  |  |  |
| Kule 4 kg |  |  |  |  |  | X | X |  |  |  |  |
| Kule 5 kg |  |  |  |  |  |  |  | X | X |  |  |
| Kule 6 kg |  |  |  |  |  |  |  |  |  | X | X |
| Kule 7,26 kg |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Diskos 0,6 kg |  |  | X |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Diskos 0,75 kg |  |  |  | X | X |  |  |  |  |  |  |
| Diskos 1 kg |  |  |  |  |  | X | X |  |  |  |  |
| Diskos 1,5 kg |  |  |  |  |  |  |  | X | X |  |  |
| Diskos 1,75 kg |  |  |  |  |  |  |  |  |  | X | X |
| Diskos 2 kg |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Slegge 2 kg  (110 cm) |  |  | X | X |  |  |  |  |  |  |  |
| Slegge 3 kg  (119,5 cm) |  |  |  |  | X |  |  |  |  |  |  |
| GUTAR | Høgde  cm | Avstand  m | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| Slegge 4 kg  (119,5 cm) |  |  |  |  |  | X | X |  |  |  |  |
| Slegge 5 kg  (120 cm) |  |  |  |  |  |  |  | X | X |  |  |
| Slegge 6 kg  (121,5 cm) |  |  |  |  |  |  |  |  |  | X | X |
| Slegge 7,26 kg  (121,5 cm) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Spyd 0,4 kg |  |  | X | X | X |  |  |  |  |  |  |
| Spyd 0,6 kg |  |  |  |  |  | X | X |  |  |  |  |
| Spyd 0,7 kg |  |  |  |  |  |  |  | X | X |  |  |
| Spyd 0,8 kg |  |  |  |  |  |  |  |  |  | X | X |
| Liten ball 150 g |  |  | X | X | X | X |  |  |  |  |  |
| Slengball 1 kg  (kort reim) |  |  | X | X |  |  |  |  |  |  |  |
| GYLDIGE ØVINGAR |  |  | 20 | 21 | 22 | 28 | 27 | 29 | 32 | 34 | 34 |

X = Friidrettens øvelsesutvalg

E = Ekstra tradisjonell øving

S = Satssone 50 cm før satslinja.