



SVEALANDSMÄSTERSKAPEN 2023

Ungdomar 13 – 14 år i Södra Svealands Friidrottsdistrikt

Information till Katrineholms aktiva och vårdnadshavare

Plats: Midgårdsvallen, Märsta

När: 16-17 september. Tävlingen startar klockan 12.00 på lördagen och slutar senast klockan 16.30 på söndagen.

Information

Vi är totalt 5 aktiva från Katrineholm och totalt 102 aktiva från distriktet och ca 20 ledare.

Tidsprogram

Finns på [Märsta friidrotts hemsida](#) tillsammans med övrig info som PM. Viktigt att ni läser igenom PM även om ledare på plats kommer hjälpa er.

Boende och mat

Boendet kommer att vara i Arlandagymnasiet som ligger ca 300m från arenan. All mat kommer att serveras i matsalen på Arlandagymnasiet, men då lunchen är matlådor går det utmärkt att hämta och ta med till arenan om så önskas. Vi sover i klassrum, så ta med luftmadrass och sängkläder som passar. Vi kommer att vara fördelade på ca 20 olika klassrum med fokus på indelning klubbvis.

Klubben bjuder på all mat och alla kostnader men därför viktigt att man äter den mat som bjuds.

Menyn är (reservation för ev ändringar)

- Lunch lördag - Pannbiff med rostad potatis, brunsås och lingonsylt
- Lunch söndag - Pasta Bolognese, med parmesanost och ketchup
- Middagsbuffé - Pasta, kycklingfilé samt krämig mild currysås med grönsaker, bulgursallad med grönsaker, varm Riswok vegetarisk med grönsaker, bröd och smör samt måltidsdryck och vatten, Kaffe och te

Transport och kostnad

Vi åker gemensam minibuss från Katrineholm på fredag kväll. Bussen avgår från parkeringen på Backavallen kl 17.45. På vägen plockar vi upp 3 deltagare från Eskilstuna och Strängnäs innan vi åker till Märsta där vi ska vara på plats kl 20.30.

Huvudledare och hjälpledare

Vi kommer ha fyra huvudledare för Södra Svealandslaget. Dessa ledare är huvudansvariga för distriktslagets alla deltagare och hjälpledare innan och under Svealandsmästerskapen.

Du kommer känna igen dessa ledare då de har likadana blå tröjor märkta med Södra Svealandsloggan samt texten huvudledare. Huvudledare är Madde Olsson IF Göta, Soile Östin Karlskoga, Matilda Åkerlund Västerås och Andreas Daun Katrineholm.



Utöver huvudledare kommer vi ha ca 14 hjälpledare. Dessa kommer ha en grå munkjacka som det står ledare på ryggen. Under resan och tävlingshelgen kommer de hjälpa och stötta huvudlederna med det som kan behövas med laget och deltagarna.

På plats kommer även Södra Svealands ordförande Mats Zetterlund att finnas. Han kommer se till att det finns frukt och lättare mellanmål till laget under helgen.

Hör av er om ni har frågor!

Friidrottshälsningar

Packning och övrigt

Kom ihåg att ta med era tröjor som ni fick på förra Svealandsmästerskapet! Om tröjan inte är för liten nu så kommer ni att återanvända den.

I övrigt kom ihåg att packa bra sovgrejer så att ni klarar er. Ta även med t.ex. hörlurar eller öronproppar om ni har svårt att somna med andra.