

# ”Högre – längre – snabbare”

En friidrottsutställning i

Eskilstuna stadsmuseum

i samarbete med

Sörmlands Idrottshistoriska Sällskap

Till ungdomsansvariga för

*Eskilstuna friidrott*

*Råby-Rekarne FIF*

*Ärla IF*

*Gillberga-Lista IF*

## Inbjudan.

Eskilstuna Stadsmuseum och Södermanlands Idrottshistoriska Sällskap visar en friidrottsutställning i museets lokaler under perioden 11 juni – 28 augusti 2015.

I samband med invigningen torsdagen den 11 juni klockan 18.00, har vi planerat för en lättisam stafett mellan de fyra klubbar som är medarrangörer vid Junior-EM.

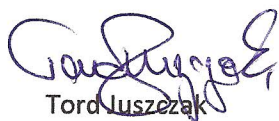
Tanken är att fyra aktiva idrottsungdomar från varje förening, två flickor och två pojkar under 15 år tävlar i en trekamp, som kommer att ske på innergården runt gräsmattan utanför Eskilstuna Stadsmuseum.

Lagen växlar ”på bortre långsidan”, dvs. ett halvt varv för varje tävlande. Det blir totalt två varv per gren. Detta för att det inte får ta för lång tid, då stafetten ingår som en del i invigningsprogrammet. Tävlingsmomentet är inte det viktigaste, utan ska ses som ett lättare inslag. Givetvis startar de aktiva i sina respektive klubbdräkter. Det är ett bra tillfälle att visa upp klubben.

Ett PM med detaljerade tävlingsregler bifogas.

Vad vi dock vill ha ganska snart är ett svar att ni ställer upp med ett lag. Det är nästan en förutsättning att alla fyra klubbarna kan vara med. Ett bra reklamtilfälle även inför Junior-EM i juli.

Alla närvarande vid invigningen, tävlande, ledare och publik bjuds på grillad korv och dricka.



Tord Juszcak

svar till [toczak@spray.se](mailto:toczak@spray.se) el. 070-5307477

Projektledare

# "Högre – längre – snabbare"

En friidrottsutställning i

Eskilstuna Stadsmuseum

## Regler för stafetten under invigningen.

I samband med invigningen den 11 juni klockan 18.00 av utställningen "Högre - längre – snabbare" kommer en ungdomsstafett mellan de arrangerande klubbarnas ungdomar att ske. *Råby-Rekarne FIF, Eskilstuna Friidrott, Ärla IF* och *Gillberga-Lista GOLF* tävlar i sina klubbdräkter.

Lagen ställer upp med två flickor och två pojkar under 15 år.

Tävlingen sker runt den gräsmatta som finns utanför Stadsmuseets huvudingång, där också invigningen går av stapeln.

### Gren 1. Dra bildäck

Varje tävlande "drar" sig fram med en sele runt midjan och en lina runt bildäcket från en mål- och startlinje i ett halvt varv runt banans markering utanför gräsmattan. Startpositionerna lottas. Där växlar laget över till deltagare nummer två. De tävlande får hjälpa varandra med av- och påtagning av selen. Den tredje växlingen sker vid mållinjen och den fjärde på samma plats som den andra. Första däck i mål vinner. Totalt alltså två varv. Poängberäkning 5-3-2-1 poäng.

### Gren 2. Säcklöpning

Samma princip som i gren nr. 1. Vid startlinjen är de fyra lagens deltagare klara för start, stående i en jutesäck och det gäller att hoppa fram ett halvt varv. Ta sig ur säcken och växla till en klubbkamrat. Tävlade nr. 1 får inte hjälpa tävlande nummer två att komma ner i säcken. Tvåan hoppar sitt halva varv runt gräsmattan och växlar till nummer tre vid mållinjen. Och fyran tar i för en spurt in till mållinjen. Ramlar deltagaren får den starta om där den föll. Det går alltså inte att "rulla fram" ett antal meter. Totalt två varv och samma poängberäkning som i gren 1, 5-3-2-1.

### Gren 3. Pingisboll i sked.

De fyra lagens "startmän" har en plastsked, (storlek matsked) i munnen och i den ligger en pingisboll. Efter startskottet gäller det att så fort som möjligt växla till sin lagkamrat som finns på samma platser för växling som i de två inledande grenarna. Varje deltagare har i förväg fått en sked. Vid växlingen tar den tävlande bollen i skeden med handen och placerar den i skeden i nästa tävlande och dunkar honom/henne i ryggen för start. Tappar någon pingisbollen får den tävlande starta om från den plats där bollen "lämnade skeden". Den tävlande tar själv upp bollen och intar rätt position för att fortsätta. Totalt två varv, samma poängberäkning.

Vinner gör den klubb som får ihop flest poäng. Tre grensegrar ger således maximalt 15 poäng.