



# IF FRISKA VILJOR

Inbjuder till backhoppningstävling

## *Flying Tigers 2014*

Program:

### **Nordisk kombination, lördagen 15 mars**

Lagledarmöte med nummerlappsutdelning	11:15
Backmoment provomgång, samt två tävlingshopp	12:30
Längdmoment på Skyttis	15:30

### **Special, söndagen 16 mars**

Lagledarmöte med nummerlappsutdelning	09:45
Tävling, provomgång samt två tävlingshopp	11:00
Prisutdelning omedelbart efter avslutad tävling	

<u>Klasser</u>	<u>Backe</u>	<u>Längd (ungefärlig)</u>
D8/H8	K10	1 km
D9/H9	K10	1 km
D10/H10	K20	2 km
D11/H11	K20	2 km
D12/H12	K35	3 km
D13/H13	K35	3 km

I övrigt hänvisas till bifogade regler

Anmälan:

Anmälan ska ske klubbvis per mail senast tisdag 11 februari till [jakob@fvbacke.se](mailto:jakob@fvbacke.se).  
Ange ålder och önskad klass för deltagare

Anmälningsavgift:

150kr/deltagare och gren

PG: 435 56 90-1

BG: 206-6116

Upplysning, info om träning:

Tävlingsledare Magnus Westman, 070-518 47 56

Kost och logi:

Kost och logi ansvarar deltagande föreningar själva för. Ingen övernattnig i klubbstugan.

Kamratmiddag:

IF Friska Viljor inbjuder till middag på lördag kväll kl 18:30 i klubbstugan. Anmälan till middagen sker samtidigt som anmälan till tävlingen.

Kostnaden 60kr / person betalas i samband med anmälningsavgiften.

Deltagande i träning och tävling sker på egen risk. IF Friska Viljor tar inget ansvar för eventuella skador på deltagare, tränare eller övriga närvarande vid arrangemanget.

Vi hälsar aktiva, ledare och föräldrar välkomna till Örnsköldsvik och Paradiskullen!

Med hälsningar,

IF Friska Viljor  
Jakob Norstedt-Moberg, Tävlingssekreterare  
Tel: 070-2930068



**SVENSKA SKIDFÖRBUNDET**  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HONOREREDAMOTT:  
H.M: KONUNG  
CARL XVI GUSTAF

Medlemmar i:  
RF, RIKSIDROTTSFÖRBUNDET  
SOK, SVERIGES  
OLYMPISKA KOMMITTÉ  
FIS, FÉDÉRATION  
INTERNATIONALE DE SKI

# Tävlingsregler Flying Tigers

Utgåva 2013

## Backhoppning och Nordisk Kombination



## ALLMÄNNA BESTÄMMELSER FLYING TIGERS

### ALMÄNT

#### **Backstorlekar/klasser spec. och NOK**

Storlekarna på backarna anpassas efter vad som finns i anläggningen

#### SPECIALBACKE

2 st tävlingshopp

#### **Rekommenderade storlekar.**

K10 m: H8, D8, H9, D9

K20 m: H10, D10, H11, D11

K30 m: H12, D12, H13, D13

#### **Undantag .**

De som är nybörjare får gå ner max en backstorlek, men de tävlar i sin rätta klass och får längdpoäng efter den ordinarie backen för dennes klass.

(Ex. Han/Hon ska vara med i H/D 11 men inte behärskar K20 m backen gör då sina hopp i K10 metersbacken tillsammans med de yngre. Hopparen tävlar i sin ordinarie klass H/D 11 men hopparens längdpoäng ska räknas efter K20 m backens tabell. Alltså om hoppet mäter 10 m så får hopparen poäng för 10 m i K20 meters backen.

#### NORDISK KOMBINATION

2 st tävlingshopp följt av längdåkning enligt Gundersenmetoden, fri stil.

#### **Rekommenderade storlekar.:**

Längdsträckor Rekommenderas följande:

H/D8, H/D9: 1 km

H/D10, H/D11: 2 km

H/D12, H/D13: 3 km

#### **Resultatgivning**

#### Klubb/Lagtävling

Klubbarna tävlar om en vandringspokal som instiftas med början 2013 och kommer inte att kunna behållas, utan den får cirkulera runt år efter år.

Poäng enligt följande från individuellt tävlingsresultat:

1:a 10p, 2:a 8p, 3:a 7p och sedan fallande men alla får minst 1poäng, från 10.e plats tilldelas alla 1 poäng.

Den klubb som tagit flest poäng efter både spec. och NOK får då Vandringspokalen. Bekostas av Svenska Skidförbundet.

Rekryteringspris: Bekostas av Svenska Skidförbundet.

Den klubb som har flest hoppare som är med för första gången tilldelas detta pris.

Anmälningavgift: 150 kr

Klubben står för priser för såväl individuellt som lag exvis pokaler.