



JYDSKE DRAGONREGIMENTETS IDRÆTSFORENING

Kasernevej 5
7500 Holstebro

Telefon til idrætskontoret: +45 96 130 268

E-post: jdri@mil.dk
www.jdri.dk

Idrætsinformation 13/2011

01 SEP 2011

Til
JDRI medlemmer.

Emne:

Idrætsdag

Bestemmelser for JDR Idrætsdag 2011-II 23 SEP

Generelle bestemmelser

JDR afholder to gange årligt, normalt i APR/MAJ og SEP/OKT, et idrætsstævne benævnt JDR Idrætsdag.

Alle UAFD tilbydes deltagelse i dette arrangement, og andre såvel militære som civile fra regimentet er meget velkomne til at deltage.

Det er arrangørernes håb, at deltagerne i stævnet får forstærket interessen, for en eller flere idrætter, til gavn for såvel deltageren som for arbejdspladsen.

Følgende discipliner indgår:

Discipliner	Hold-str.	Deltagere pr. UAFD (Min/max)	Bemærkninger	UAFD-konkurrencen
1000m løbestafet	4	4/8	Bedste hold tæller	Tæller gange 1
Forhindringsbaneløb for gruppe	6	6/12	Bedste hold tæller	Tæller gange 1
Tovtrækning	10+1	10/33	Bedste hold tæller	Tæller gange 1
Orienteringsløb	4	4/8	Bedste hold tæller	Tæller gange 1
Geværskydning	5	5 - 20	5 bedste tæller	Tæller gange 1
Pistolskydning	2	2 - 4	2 bedste tæller	Tæller gange 1
Håndgranatkast, præcision	3	3 - 6	3 bedste tæller	Tæller gange 1
4 km Cross	4	4 - 8	4 bedste tæller	Tæller gange 1
Scottish Highland Games (stærkmandskonkurrence)	4	4/8	Bedste hold tæller	Tæller gange 1
Hockey	4+1	4/30	Bedste hold tæller	Tæller gange 1
Beachvolley	4+1	4/15	Bedste hold tæller	Tæller gange 1
Fodbold,	7+2	7/45	Bedste hold tæller	Tæller gange 1
Basketball	5+2	5/21	Bedste hold tæller	Tæller gange 1
Håndbold	7+5	7/12	Bedste hold tæller	Tæller gange 1

Deltagelse:

- UAFD bør som minimum stille med ét hold til alle konkurrencer:
- Der er ingen begrænsning for hvor mange discipliner samme person må stille op i, men han/hun skal kunne være til stede jf. tidsskema.
- **Samme person må dog ikke stille op på to hold inden for samme disciplin.**
- **Tilmeldingsliste afleveres til Idrætskontoret eller i postkassen ved Idrætskontoret senest Tirsdag den 20. SEP 2011 kl. 1200.**
- Tilmelding skal kun indeholde, hvor mange hold og (enkeltpersoner ved GV, P, HGR og CROSS) UAFD stiller i de enkelte discipliner, og ikke navne på hvem der deltager.
- **Inden stævneåbning skal UAFD, som stiller med flere end et hold i holddisciplinere, have deltagerne fordelt på disse.**

Point:

- Alle discipliner regnes som holddiscipliner, og tæller alle som en til den samlede UAFD-konkurrence. Der er altså i alt 14 discipliner, hvori UAFD bliver rangeret 1 -10, alt efter deres bedste holds placering.
- Bedste hold i UAFD-konkurrencen opnår 10 point, næstbedste hold 9 point, og så fremdeles.
- Vinder af JDR Idrætsdag er den UAFD med flest point efter alle 14 discipliner.

Præmier:

- Følgende vil under præmieoverrækkelsen blive præmieret:
- De tre bedste individuelt i skydning (P + GV), i håndgranatkast og i 4km cross.
- De to bedste hold i 1000m løbestafet, forhindringsbaneløb, tovtrækning, orienteringsløb, scottish highland games, beachvolley, og basketball, hockey, fodbold og håndbold.

Der vil være reduktion i antal af præmier såfremt deltagerantallet såvel individuelt som for hold er begrænset.

Pokaler og priser:

- Randers bys Ærespræmie uddeles til vindende UAFD + Idrætspris (2.000 kr.).
- JDR vandrepokal i 1000m stafet uddeles til vindende hold i 1000m stafet.

Disciplinbestemmelser:1000m stafet (100m – 200m – 300m og 400m):

- Afvikles efter gældende atletikreglement. Der gennemføres som finale.

Forhindringsbaneløb for GRP:

- Afvikles efter gældende bestemmelser i FGS 4, kap. 2, jf. bestemmelser for militær femkamp.
- Der startes to hold af gangen
- Påklædningen er skyttepåkledning, og defineres som:
 - **Uniform M/84** (jakke, buks og støvler) – ingen sommeruniform.
 - Hjelm på.
 - Gevær, attrap, som udleveres ved start.

Tovtrækning:

- Gennemføres efter alment kendte bestemmelser for tovtrækning.
- Der trækkes med ti personer pr. hold.
- Holdene må derudover have en indpisker, som ikke må røre tovet.
- UAFD må frit skifte trækkere ud i løbet af hele konkurrencen, men selvfølgelig ikke under de fem træk under den enkelte dyst.
- I hver dyst trækkes der bedst af fem træk.
- Påklædningen er fri, men pigsko, fodboldstøvler og lignende er ikke tilladt. Kontrolleres forud for start.

O-Løb:

- Afvikles efter nærmere bestemmelser, som gives umiddelbart forud for løbets start.
- Løbet gennemføres som en stafet med samlet start, hvor der løbes med en deltager fra hver UAFD af gangen. Der er derefter start ca. hver 15. minut for øvrige deltagere på holdene.

Geværskydning:

- Geværskydning med GV M/95 eller 96 (m/optisk sigte). Skytterne medbringer eget våben. Der vil være mulighed for 3 prøveskud.
- Der gennemføres præcisionsskydning på 100m (liggende skydestilling – 10 skud – skydetid 5 minutter) og efterfølgende en hurtig/kondiskydning på 100m (100 m løb - knælede skydestilling – 10 skud - skydetid 1½ minut). Påklædning uniform M/84 (jakke, buks, støvler og Barat).
- Samlet antal skydepoints for de to skydninger er tællende.
- De fem bedste skyderesultater fra hver UAFD lægges sammen, og holdene rangeres herefter efter flest skydepoint samlet, hvilket afgør pointfordelingen til UAFD-konkurrencen.

Pistolskydning:

- Pistolskydning med P M/49. Skytterne medbringer eget våben. Der vil være mulighed for 3 prøveskud. Der gennemføres præcisionsskydning på 25m (stående skydestilling – 2 x 5 skud – skydetid 5 minutter) og en hurtig/kondiskydning på 25m (50m løb - stående skydestilling – 2 x 5 skud – skydetid 1½ minut). Påklædning uniform M/84 (jakke, buks, støvler og Barat).
- Samlet antal skydepoint for de to skydninger er tællende.
- De to bedste skyderesultater fra hver UAFD lægges sammen, og holdene rangeres herefter efter flest skydepoints samlet, hvilket afgør pointfordelingen til UAFD-konkurrencen.

Håndgranatkast, præcision:

- Gennemføres efter gældende bestemmelser i FGS 4, kap. 2, jf. bestemmelser for militær femkamp.
- Der kastes **kun** præcisionskast.
- Påklædningen er fri.
- Der kastes med blind HGR M/54.
- Der kastes 4 håndgranater mod hver af efterfølgende afstande på 15, 20, 25, og 30 meter.
- Kasterne rangeres efter flest kastepoint, og de tre bedste kasteresultater fra hver UAFD regnes sammen, og afgør pointfordelingen i UAFD-konkurrencen.

4 km Cross:

- De fire hurtigste tider i UAFD regnes sammen, og afgør samlet pointfordelingen i UAFD-konkurrencen.

Scottish Highland Games:

- Gennemføres som en stærkmandskonkurrence, hvor disciplinerne er en hemmelighed indtil selve dagen.
- De specifikke bestemmelser gives først på selve konkurrencedagen.
- Der vil være lejlighed til at prøve enkelte discipliner forud for konkurrencen.
- Der vil være forskelligt deltagerantal til de enkelte discipliner. I nogle discipliner vil holdet skulle stille én deltager, ved andre to eller tre, og igen ved andre hele holdet.
- Holdet vælger selv hvem af de fire der løser den specifikke opgave.
- Påklædningen er fri, men der lægges naturligvis op til lidt festlige udklædninger.
- Holdene rangeres i hver enkelt disciplin, og det samlede resultat fra alle discipliner afgør pointfordelingen i UAFD-konkurrencen.

Generelle bestemmelser for boldspillene hockey, fodbold, beachvolley, basketball og håndbold:

- Boldspillene indgår naturligvis også i UAFD-konkurrencen. Alle fem boldspil gennemføres efter samme princip:

- Turneringerne gennemføres indledningsvis i puljer, hvor alle spiller mod alle. En sejr giver to point, og ved pointlighed gælder indbyrdes resultat, og slutteligt flest scorede mål/point.
- Herefter spilles om placeringer samlet, ved at vinderne fra puljerne mødes og afgør placeringerne.

Hockey:

- Gennemføres på den udendørs multibane.
- Der spilles med fire spillere på banen og med max. en udskiftningsspiller.
- Der spilles i 10 min. pr. kamp, uden sideskift
- Der vil blive dømt for hårdt spil, hvor sanktionen er udvisning til næste mål.
- Der må ikke spilles med egen stav.

Fodbold:

- Gennemføres på to tværliggende boldbaner ved idrætsanlægget.
- Der spilles med syv spillere på banen og med max. to udskiftningsspillere.
- Der spilles 20 min. pr. kamp, uden sideskift.
- Der vil blive dømt for hårdt spil, hvor sanktionen er udvisning til næste mål.

Beachvolleyball:

- Gennemføres på beachvolleyball banen.
- Der spilles efter gældende beachvolleyball regler.
- Der spilles dog med fire spillere på banen og med max. en udskiftningsspiller.
- Hver bold giver point.
- Der spilles 15 min. pr. kamp.

Basketball:

- Gennemføres på basketballbanen.
- Der spilles efter tillempede basketballregler.
- Der spilles med fem spillere på banen og med max. to udskiftningsspillere.
- Der spilles 2 x 15 min. pr. kamp

Håndbold:

- Gennemføres i gymnastiksalen.
- Der spilles jf. gældende regler.
- Der spilles 2 x 20 min. pr. kamp

Motionsløb

- JDR afholder to gange årligt i forbindelse med JDR Idrætsdag et motionsløb med det formål at fremme lysten til stadig at motionere – også efter konkurrencealderen – samt at fremme tilgangen af nye motionister.
- Alt personel kan deltage.
- Løbet tilrettelægges som et ca. 4 km terrænløb med samlet start.

Tentativ tidsplan

Tid	Begivenhed	Bemærkninger	Leder/hjælpere
0800-0810	Stævneåbning: RC åbner Idrætsdagen.	Foran GYMSAL. UAFD melder af til konkurrence- leder	Formand/JDRI RC
0830-1230	Fodbold	Idrætsanlæg/JDR	T. Nørreskov
0830-1100	Geværskydning	JDR skydebane	F. Bakker / M.B.Hansen
0830-1300	Hockey	Multibane	K.Vestergaard
0900-1330	Beachvolley	Beachvolleybanen	L.O.B.Pedersen
0900-1330	Basketball	Basketballbanen	M. Grøngaard
0930-1015	FHB, GRP,	Forhindringsbanen	
1000-1030	4 km cross	Start: Idrætsanlæg	K. Eyde
1000-1300	Scottish Highland Games	Én disciplin hver ½ time, start kl. 1000, 1030, 1100 og 1130.	K. Fonseca
1030-1140	Tovtrækning	Idrætsanlæg	N. P. S. Petersen
1030-1200	Orienteringsløb	Start/mål: Idrætsanlæg	
1215-1400	Håndbold	Gymnastiksal	H. S. Juhl
1200-1315	HGR, præcision	Idrætsanlæg	A.T.Danielsen
1130-1300	Pistolskydning	JDR skydebane	F.Bakker / B.Volshøj
1330-1410	4 km motionsløb	Start: Idrætsanlæg	K. Eyde
1410-1420	1000 m Stafet	Start: Idrætsanlæg	
1430-1500	Præmieoverrækkelse og afslutning.	Foran gymnastiksalen/GSAL	Formand/JDRI RC

- **Disciplinledermøde afholdes tirsdag 20. SEP kl.10.00 på IDRKT.**
- **HUSK** aflevering af tilmeldingsliste **senest tirsdag den 20. SEP 2011 kl. 1200 ved Idrætskontoret eller postkassen ved Idrætskontoret.**
- Spilleplaner (fodbold, hockey, beachvolley, basketball og håndbold) og slutinstruktion tilgår på dagen som opslag på IDROMR.
- **Inden stævneåbning skal UAFD, som stiller med flere end et hold i holddisciplinerne (fodbold – volleyball – basket – hockey) have deltagerne fordelt på disse.**

Henning Juhl

Henning. S. JUHL
seniorsergent

Jydske Dragonregiment Idrætsforeningen

Tilmeldingsliste

23 SEP

ENHED/enkelt deltager: _____

Discipliner	Hold-str.	Deltagere pr. UAFD (Min/max)	Bemærkninger	Antal Hold/deltagere
1000m løbestafet	4	4/8	Bedste hold tæller	/
Forhindringsbaneløb for gruppe	6	6/12	Bedste hold tæller	/
Tovtrækning	10+1	10/33	Bedste hold tæller	/
Orienteringsløb	4	4/8	Bedste hold tæller	/
Geværskydning	5	5 - 20	5 bedste tæller	/
Pistolskydning	2	2 - 4	2 bedste tæller	/
Håndgranatkast, præcision	3	3 - 5	3 bedste tæller	/
4 km Cross	4	4 - 8	4 bedste tæller	/
Scottish Highland Games (stærkmandskonkurrence)	4	4/8	Bedste hold tæller	/
Hockey	4+1	4/30	Bedste hold tæller	/
Beachvolley	4+1	4/15	Bedste hold tæller	/
Fodbold,	7+2	7/45	Bedste hold tæller	/
Basketball	5+2	5/21	Bedste hold tæller	/
Håndbold	7+2	7/18		/

Enheder m.fl., samt evt. enkeltpersoner udfylder kolonnen "Antal hold/deltagere" og afleverer tilmeldingslisten til Idrætskontoret på fiin: **jder-idrhj** eller i postkassen ved Idrætskontoret senest tirsdag den 20. SEP 2011 kl. 1200.

Kontaktperson + FIIN adresse + Mobilnummer