

## CHECKLISTA FÖR JUDOVETERANER.

1. **Planering** - planera vilka tävlingar du tänker delta i under året.
2. **Kalendern** - När och var är dessa se mer info  
<https://masterteamsweden.wordpress.com/>
3. **Backnummer** -Beställ backnummer om du ska delta på EM eller VM och sy på dessa.
  - a. <http://www.mybacknumber.com/>
  - b. <http://www.ijfbacknumber.com/>
4. **Judobase** –Här skall man vara registrerad om man deltar i EM & VM som tävlande, lagledare, domare, officiella ledare (t.ex. som SJF:s styrelse) etc.  
<https://masterteamsweden.wordpress.com/dokument/>
  - a. OBS! Det är endast avsett för ovanstående personer, ej deras familjemedlemmar eller bekanta!
  - b. ID-kort beställer man av SJF:s kansli
5. **Försäkringar** - kontrollera vad du har för hemförsäkring (reseförsäkring), att den gäller för tävlande i judo. (alla gör **INTE** det ... vissa har undantaget kampsporter. )
  - a. Att tänka på är att om man bokar flygresor m.m. åt någon annan gäller inte reseförsäkringen som är kopplat till betalkortet. (...endast de som är skrivna på samma adress)
6. **Inbjudan** - när inbjudan för aktuell tävling har publicerat, läs och kontrollera vilka "deadlines" det finns.
  - a. Tänk på att anmälan ska ske i god tid för att hinna administrera den.
  - b. Vilken dag är registreringen?
  - c. När är invigningen?
  - d. Vilken dag tävlar du?
  - e. Kan du vara med på lagtävlingen när det är aktuellt?
7. **Flygbiljett** - Boka dina flygbiljetter i god tid. Gärna när officiell inbjudan finns, brukar vara mest förmånligt pris på biljetterna om man är ute god tid.
8. **Hotellrum** - Boka ditt hotellrum, viss samordning av hotell kan ske.
  - a. Då det finns många önskemål får var och en ta beslut på pris, plats och tidslängd och boka sin boende själv.
  - b. Delge gärna bra förslag på hotell som kan förmedlas till övriga judoveteraner.
  - c. Kombinera gärna tävling med några semesterdagar med övriga familjen.
9. **Anmälan** – EM & VM vänta inte med anmälan om du har bestämt dig för att delta.
  - a. Be din klubb anmäla dig till ansvarig **Judo 4 Life – Veteran (SJF)**
  - b. Startavgiften kommer sedan att faktureras föreningen om inget annat är beslutat av **Judo 4 Life – Veteran (SJF)**

## CHECKLISTA FÖR JUDOVETERANER.

10. **Judogi** - kontrollera att du har en vit och en blå judogi i rätt storlek och färg. Se IJF dräkregler och ev. undantag för veteraner.
11. **Flygresan** - Om du kan ta gärna en (båda) dräkterna i handbagaget. Detta för att slippa överraskningar på försvunnet bagage, denna risk finns alltid vid transferflyg.
12. **Transfer** - kontrollera vilka möjligheter det finns för transfer till/från flygplatsen, hotell/ registreringen.
13. **Registrering** - ta med kvitto på din/förbundets betalning för startavgiften. Pass för att bekräfta namn, ålder och nationalitet.
14. **Invägning** - ta med ditt accrediteringskort och Pass/ ID-kort.
15. **Lottningen** - kontrollera lottningen, matchstart och värm upp i god tid, förbered dig.
16. **Tävlingsdag** - Ta med ditt accrediteringskort.
  - a. Försäkringshandlingar (underlättar i fall olyckan är framme)
  - b. Pass/ID-kort och EU-sjukförsäkringskort om tävlingen är inom EU.
17. **Matchstart** - Håll dig i tävlingszonen.
  - a. passera dräktkontrollen i god tid för att slippa " final Call for... "
18. **Match** - tävlande med coach går in till matchområdet.
  - a. Att tänka på är coachregler och klädkod beroende om det är grundomgång eller finalmatcher.
19. **Prisceremoni** – Bär man alltid vit Judogi.
20. **Lagtävling** - förekommer vid EM. Denna sker dagen efter de individuella tävlingarna. Man tävlar i ålders kategorier 30-39, 40-49 , 50-59 o.s.v....
21. **Avslutning** - Ibland arrangeras en gemensam middag efter lagtävlingen. Stanna gärna några dagar extra med familj eller judovänner och upplev värdstaden kulturella sevärdheter m.m.
22. **Hemma igen** - Träning och planering för nästa veterantävling.

**Projektansvarig -Veteran**

*Anders Karlsson*