

# **PRESTATIONS BIDRAG**

**Örebro AIK**



## Allmänt

Prestationsbidraget baseras på att medlemmen antingen springer inom ett visst tidsintervall från det svenska rekordet eller placerar sig inom ett visst intervall på en SM-tävling.

Prestationsbidraget är 2 000 kr per distans.

Prestationsbidrag betalas bara ut en gång per distans och år till en medlem som uppfyllt kriteriet för just den distansen.

För att kunna ta del av prestationsbidraget måste man vara medlem i klubben under det år som kriteriet för ett prestationsbidrag uppfylls.

## Löpning

Prestationsbidrag för löpning baseras på man springer inom 15 % från det gällande svenska rekordet på någon av klubben utvalda distanser.

Distanser:

- 5 000 m (bana)
- 10 000 m (bana)
- 10 km (väg)
- Maraton (21,1 km)
- Halvmaraton (42,2 km)

Kvinnor	Svenskt rekord	Maxtid för prestationsbidrag
5 000 m (bana)	14.50	17.04
10 000 m (bana)	31.57	35.54
10 km (väg)	32.24	36.46
Halvmaraton (21,1 km)	1.09.58	1.20.28
Maraton (42,2 km)	2.23.41	2.45.14

Män	Svenskt rekord	Maxtid för prestationsbidrag
5 000 m (bana)	13.17	15.17
10 000 m (bana)	27.55	32.06
10 km (väg)	28.12	32.26
Halvmaraton (21,1 km)	1.02.09	1.11.28
Maraton (42,2 km)	2.10.38	2.30.14

## Triathlon

Prestationsbidrag för triathlon baseras på man placerar sig på topp tio på någon av klubben utvalda SM-distanser.

SM-distans	Placering
Sprint	1-10
Olympisk	1-10
Medeldistans	1-10
Ironman	1-10

## Redovisning

För erhållande av prestationsbidrag ska information om namn, tävling, resultat samt länk till tävlingens resultatsida skickas till [kassor@orebroaik.se](mailto:kassor@orebroaik.se). Prestationsbidraget betalas ej ut i pengar utan som ersättning för träningsrelaterade saker (kläder, skor utrustning etc.) varför kvitto på dessa också måste skickas in.