SIK80 og Dansk Atletik Forbund indbyder til
Uofficielle VDMU i 3 kamp for 10-11 år &
Officielle VDMU i 5 kamp for 12-13 år
Lørdag d. 24. august 2024 - kl. 11.00 – 1430

Mangekampen er individuel for drenge og piger i hver aldersgruppe, og mix holdmesterskab.

Et mixhold udgøres af minimum 4 deltagere i hver aldersgruppe pr klub.

De 4 bedste drenge/piger 10-11 årige eller 12-13 årige fra hver klub, tæller med på holdet.

Point udregnes efter DAF's ungdomstabel, og kun muligt at deltage i naturlig aldersgruppe.

Sted: Sæby atletikstadion, Klostervænget 30C, 9300 Sæby

Discipliner:

10-11 år 60m eller 400 m, længde eller højde, kugle eller boldkast.
- Hver deltager kan kun vælge 1 løb, 1 spring og 1 kast.

12-13 år 80m, kugle, længde, spydkast og 400m

Forsøg: Der gives 3 forsøg i længde, kugle, bold og spyd

Tidsskema: Foreløbig tidsskema kan findes på hjemmesiden www.sik80.com under faneblad stævner

Dommer: SIK80 og nordjyske klubber stiller dommer til stævnet.

Medaljer: Medaljer Individuelt til Nr. 1, 2 og 3 for hver aldersgruppe 10-11-12-13 år drenge og piger.

Medaljer mixhold til Nr. 1, 2 og 3 for 10-11 år og 12-13 år op til 7 deltagere pr hold

Praktiske forhold:
Der er mulighed for toiletter/bad/omklædning i SIK80's klubhus.
Der er begrænset med stole/bænke/overdækning på stadion.
Forfriskning: Klubhussalg af diverse mad, is, kaffe, saft, slik, kage mv. Der modtages mobil Pay

Kørsel:
Afgang Silkeborg Atletikstadion: **lørdag kl. 08.00**
Afgang Sæby: **ca. 15.00**

---------- klip ----------

Tilmelding senest den 15. august på hjemmesiden.

Navn _____ Fødselsdato/år ___. _____. _____

Telefon: _____ mail: _____

Øvelser: _____,_____,_____,_____,_____

Vi kan køre: _____ og have _____ med inkl. eget barn.