Region- og DGI-stævner 2026 Region Sydjylland *version 2*

24.02.2026_AHK

	VEJLE RM 1	KOLDING 4-KAMP RM 2	ESBJERG nålestævne DGI-SYDVEST	Kolding løbestævne RM 4	VEJEN Sydjyske åbne mesterskab DGI-SYDVEST	VEJLE RM 5	ESBJERG RM 6	REGIONSFINALE Randers RM 7
Dag **Dato**	**LØRDAG** 25-04-2026	**SØNDAG** 17-05-2026	**ONSDAG** 20-05-2026	**Torsdag** 13-08-2026	**SØNDAG** 23-08-2026	**ONSDAG** 09-09-2026	**SØNDAG** 04-10-2026	**LØRDAG** 14-11-2026
Starttid **Sluttid**	11:00 16:00	11:00 15:00	17:30 20:00	18:00 21:00	10:00 16:00	17:30 20:00	10:00 15:00	
Tilm. frist	lør. 18. april	søn. 10. maj	ons. 13. maj	tors. 6. aug.	søn. 16. aug.	ons. 2. sept.	søn. 27. sept.	
6 - 9 år årgang 2020 - 2017 **I 3-/4-kamp kæmper 6-7 og 8-9 årige**	40 m 400 m Længde Bold 4 x 40 m	40 m 400 m Længde Bold 4 x 40 m	3-kamp: 40 m 400 m Længde Bold	Ingen deltagelse	4-kamp: 40 m 400 m Længde Bold	40 m 800 m Længde Kugle	40 m r-hæk 400 m Længde Kugle 40 m	Ingen deltagelse
10 - 11 år årgang 2016 - 2015	60 m 1000 m Længde Kugle 4 x 60 m	60 m 1000 m Længde Bold 4 x 60 m	3-kamp: 60 m 400 m Længde *el.* Højde Bold *el.* Kugle	Ingen deltagelse	6-kamp: 60 m 400 m Længde Højde Bold Kugle	60 m 400 m Højde Kugle	60 m hæk 1000 m Højde Kugle 60 m	Deltagerne udtages
12 - 13 år årgang 2014 - 2013	80 m 200 m 1000 m Højde Spyd 4 x 80 m	80 m 1000 m Højde Kugle 4 x 80 m	3-kamp: 80 m 600 m Længde *el.* Højde Bold *el.* Kugle	Ingen deltagelse	6-kamp: 80 m 600 m Længde Højde *To kaste-øvelser:* Bold Kugle Diskos	80 m 600 m Længde Spyd	60 m hæk P 80 m hæk D 200 m 1000 m Længde Diskos	Deltagerne udtages
14 - 15 år årgang 2012 - 2011	100 m 300 m 1500 m 3-spring Diskos 4 x 100 m	100 m 800 m Længde Spyd 4 x 100 m	Ingen deltagelse	80 m hæk (P) 80 m hæk (D) 300 m hæk (P) 400 m hæk (D) 200 m 800 m 1500 m 5000 m (adgangskrav 22 min)	6-kamp: 100 m 800 m *To spring-øvelser:* Længde Højde 3-spring *To kaste-øvelser:* Kugle Diskos Spyd	100 m 300 m Højde Stang Diskos 3000 m	80 m hæk P 100 m hæk D 200 m 1500 m 3-spring Hammer 300m hæk Højde:P:76,2cm Højde:D_76,2cm	Ingen deltagelse
fra 16 år årgang 2010-senior Meget gerne ældre atleter	100 m 400 m 1500 m 3-spring Diskos 4 x 100 m	**NB!** Ingen medaljer fra 16 år 100 m 800 m Længde Spyd 4 x 100 m	Ingen deltagelse	100 m hæk (P) 110 m hæk (D) 300 m hæk (P) 400 m hæk (D) 200 m 400 m 1500 m 5000 m (adgangskrav 22 min)	6-kamp: 100 m 1500 m *To spring-øvelser:* Længde Højde 3-spring *To kaste-øvelser:* Kugle Diskos Spyd	100 m 400 m Højde Stang Diskos 3000 m	100 m hæk P 110 m hæk D 200 m 1500 m 3-spring Hammer 400m hæk Højde:P=76,2cm Højde:D=83,8cm	Ingen deltagelse

Regionsmedaljer: Stævner RM 1 -79 tæller i udregning af points til regionsmedaljer (seks bedste øvelser) til og med 17 år!
I alle kast + længde og 3-spring er der 3 forsøg op til 15 år. Fra 16 år og ældre gives 6 forsøg!

I stafetløb kan stilles med mix-hold på tværs af køn, klub og alder. Hold stiller i aldersgruppe svarende til ældste atlet på holdet. Kun rene hold fra 14år er sikret tid i Roster

Indbydelser og evt. tilmeldingsformularer udsendes senest 3 uger før stævne. Tidsskema og dommerliste mailes til klubber inden stævne.

Deltagergebyr for atleter fra Region Syddanmark (samarbejdet): DGI Nålestævne: 60 kr.; Sydjyske Åbne mesterskaber: 70 kr.; Regionsstævner: 60 kr. Beløbet til regionsstævner opkræves af egen klub og afregnes årligt til regionen.
Deltagerpris for klubber udenfor reg. Sydjylland fasttættes af arrangørklubben.

Regionsfinalen: Fælles bustransport for regionens deltagere. Hver klub stiller med to holdledere (så vidt muligt).
Tovholder: Poul (Esbjerg). Udtagere: Anne Mette, Kolding KFUM (Piger 12-13 år); Jimmi, FM-Atletik (Drenge 12-13 år); Jan, Heden (Piger 10-11 år); Poul, EAM (Drenge 10-11 år).

Esbjerg bestiller bus