

DGI atletik indbyder til til Landsmesterskaber i atletik for børn, ungdom og senior i Ålborg.

- Hvor:** Aalborg Atletikstadion  
Søndre Skovvej 2, 9000 Aalborg
- Hvornår:** Den 14. - 16. august 2015
- Hvem:** Børn 10-13 år, ungdom 14-17 år,  
senior (fra 18 år)
- Pris:** 495 kr. pr. deltager (klubben betaler  
transporten).
- Afbud:** 3 x 24 timer før annonceret stævnestart: gratis  
Mindre end 3x24 timer før: fuld pris



Vi deltager på et fælles hold med Esbjerg AM.

Det plejer at være alle tiders atletikweekend med mulighed for at være sammen om atletik og sjov en hel weekend.

Vi håber at rigtig mange af jer vil deltage. Spørg gerne dem der var med sidste år hvordan det var.

### Tilmelding

Til Lars Bjørn på [vejenatletik@gmail.com](mailto:vejenatletik@gmail.com) senest tilmelding den 2. juli 2013 kl. 21. eller direkte til DGI senest 1. august kl. 23.59 ( <http://www.dgi.dk/arrangementer/201513054000> ).

Bemærk at alle ledere skal tilmeldes af hensyn til mad og overnatning (klubben betaler).

**Vi vil gerne have to forældre med som ledere.** Meld dig gerne!

Startlister og endeligt tidsskema kommer på DGI Atletiks hjemmeside ca. 8 dage før stævnet. Vi lægger link på vores egen forside.

### Øvelser

Drenge og piger 10-11 år	Drenge og piger 12-13 år
<ul style="list-style-type: none"><li>• 60 m løb</li><li>• 60 m hæk</li><li>• 400 m løb</li><li>• Højdespring</li><li>• Længdespring</li><li>• Boldkast</li><li>• Kuglestød</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 80 m løb</li><li>• 60 m hæk (piger)</li><li>• 80 m hæk (drenge)</li><li>• 800 m løb</li><li>• Højdespring</li><li>• Længdespring</li><li>• Kuglestød</li><li>• Boldkast</li><li>• Spydkast</li></ul>



**Drenge og piger 14-15 år, 16-17 år og senior**

- 100 m løb
- 200 m løb
- Kort hæk
- 800 m løb
- 1500 m løb
- Højdespring
- Længdespring
- Kuglestød
- Diskoskast
- Spydkast

**20 x 200 m**

Der afvikles en 20x200 m stafet med landsdelshold.

**Stævnets afvikling**

10, 11, 12 og 13 år

Hver deltager skal deltage i mindst tre øvelser (1 løb, 1 spring, 1 kast), men dog maks. fem øvelser.

Der konkurreres individuelt og i hold i trekampen.

14-15 og 16-17 år

En deltager kan maks. deltage i fem øvelser.

Angiv årsbedste ved tilmelding i 100 m, 200 m og hækkeløb.

Der konkurreres individuelt og i hold (de to bedst placerede deltagere i hver øvelse tæller).

Der løbes finale i 100 m, 200 m og hæk.

**Stafetløb** indgår ikke i pointberegningen, men afvikles som selvstændigt mesterskab under stævnet for alle aldersgrupper. Holdene laver vi på stedet ud fra sprintresultaterne.

**HUSKELISTE**

Sovepose og liggeunderlag, da indkvartering sker i klasseværelser på skole.

Badetøj?

**Har du spørgsmål om stævnet**, så spørg til træning eller ring på 2360 4356 (Lars).

Venlig hilsen

Vejen Atletikforenings bestyrelse

Tvivelsspørgsmål om tilmelding efter 2. juli rettes til [imatletik@gmail.com](mailto:imatletik@gmail.com)

