

Vestdanske Mesterskaber-udendørs
Ungdom
i Odense lørdag/søndag den 03.-04.juni 2023

Stævnet er for 12 år,13 år og 14-15, 16-17, 18-19, 20-22 år

Der er flg. øvelser:

12år (årg. 2011) og 13 år(2010):

80m, 200m,600m,1000m,60m hæk (K), 80m hæk (M), stang, længde, højde, kugle
spyd, diskos, hammer, 4x80m stafet, 1000m kapgang

14-15år(08-09):

100m, 200m, 300m, 800m, 1500m, 3000m, 2000m forhindring, 80m hæk (K), 100m hæk (M), 300m hæk, stang, længde,
højde,trespring, kugle, spyd, diskos, hammer, vægkcast,4x100m stafet, 1000m stafet, 1000m kapgang

16-17 år(06-07):

100m, 200m, 300m, 800m, 1500m, 3000m (K), 5000m (M), 2000m forhindring, 100m hæk (K), 110m hæk (M), 400m hæk,
stang, længde, højde,trespring, kugle, spyd, diskos, hammer, vægkcast, 4x100m stafet, 1000m stafet, 1000m kapgang

18-19 år(04-05):

100m, 200m, 300m, 800m, 1500m, 3000m (K), 5000m (M), 3000m forhindring, 100m hæk (K), 110m hæk (M), 400m hæk,
stang, længde, højde,trespring, kugle, spyd, diskos, hammer, vægkcast, 4x100m stafet, 4x400m stafet, 1000m stafet, 1000m
kapgang

20-22 år (01-03):

100m, 200m, 300m, 800m, 1500m, 3000m (K), 5000m (M), 3000m forhindring, 100m hæk (K), 110m hæk (M), 400m hæk,
stang, længde, højde,trespring, kugle, spyd, diskos, hammer, vægkcast, 4x100m stafet, 4x400m stafet, 1000m stafet, 1000m
kapgang

Tidsskema – OG hvilke øvelser på hvilken dag: Se nærmere på Odenses hjemmeside:
www.odenseatletik.dk

Lørdag begynder stævnet kl. 10.00 og søndag kl. 10.00.

Endeligt tidsskema kommer senere.

**Skal du af sted begge dage, kan det blive aktuelt med overnatning og morgenmad. Og dertil kommer aftensmad
lørdag aften og frokost søndag. Kørsel og overnatning aftales efter tilmelding.**

Tilmelding: HGF´s hjemmeside SENEST onsdag den 24. maj.