



SUNDT - SJOVT - SERIØST - SOCIALT

HGF A/M - Herning Atletikstadion H.P. Hansensvej 6b, 7400 Herning - Kontor: 25 84 20 25 mail: kontor@hgf-am.dk (Træffetid ma-ti-on kl. 9-12)
CVR 34 76 78 66

DGI indbyder til landsmesterskaber i atletik for børn, ungdom og seniorer i Ålborg den 9.-10. september 2023.

Hvor: Aalborg Atletik&Motion, Skovdalen Atletikstadion, Søndre Skovvej 2, 9000 Ålborg

Overnatning: på en skole i passende afstand til stadion. Nærmere oplysninger senere.

Hvem: Børn 10 - 13 år, ungdom 14 - 19 år, seniorer fra 20 år.

Deltagergebyr: 595 kr. pr. deltager, og 200kr for ledere og forældreledere.

Øvelser:

Drenge og piger 10-11 år

Årg. 2012-2013

- 60 m løb
- 400 m løb
- Højdespring
- Længdespring
- Boldkast
- Kuglestød
- 4 x 60 m stafet

Drenge og piger 12-13 år

Årg. 2010-2011

- 80 m løb
- 800 m løb
- Højdespring
- Længdespring
- Kuglestød
- Boldkast
- Spydkast
- 4 x 80 m stafet

M/K 14-19 år og seniorer

Årg. 2009 og ældre

- 100 m løb
- 200 m løb
- 800 m løb
- 1500 m løb
- Højdespring
- Længdespring
- Kuglestød
- Diskoskast
- Spydkast
- 1000 m stafet

DU kan deltage i min. 3 og max. 5 øvelser + stafet - se øvelserne ovenfor.

Desuden er der en 20x200m stafet fra hver landsdel - vi er med i DGI Midtjylland - og det hold sammensættes af deltagere fra flere klubber - men først under stævnet.

Tilmelding via Conventus - (der hvor du betaler kontingent).

Betaling sammen med tilmeldingen **senest 24. august 2023**

Du kan læse mere om stævnet her: <https://www.dgi.dk/atletik/staevner/landsmesterskaber/udendoers-landsmesterskaber>. *Det er et superstævne med en masse aktiviteter og samvær med deltagere fra både vores landsdel og hele landet.*

Kørsel: I egne biler. Husk forældre, at notere i tilmeldingen om du/I kan køre **og** evt. kunne tænke jer at være ledere på turen. Ingen udgifter for jer til kørsel **og** evt. forældreleder

De tilmeldte får senere en huskeliste over det, der skal medbringes.

Er der spørgsmål til arrangementet, kan Kirsten Bergmann kontaktes på mobil 51 21 02 24