



**Indbydelse til VESTDANSK HOLDMESTERSKAB
FOR 10-11 år og 12-13 år og 14-15 år og 16-19 år
ALLE HOLD ER MIX-HOLD, altså drenge og piger.**

LØRDAG DEN 23. SEPTEMBER 2023 KL. 11.00 – CA. 17.00

**På Herning Atletikstadion, H.P.Hansensvej 6, 7400 Herning Arrangør: HGF AM
(Herning GF Atletik/Motion)**

Øvelser 10-11 år: årg. 2012-2013: 60m hæk, 60m, 1000m, 4x60m stafet, længde, højde, kugle, bold

Øvelser 12-13 år: årg. 2010-2011: 60mhæk pi/80m hæk dr, 80m, 1000m, 4x80m stafet, længe, højde, kugle, spyd

Øvelser 14-15 år: årg. 2008-2009: 80m hæk pi/100m hæk dr, 100m, 300m, 1500m, 4x100m stafet, længde, højde, kugle, spyd, diskos

Øvelser 16-19 år: årg. 2004-2007: 100m hæk pi/110m hæk dr, 100m, 400m, 1500m, 4x100m stafet, længde, højde, kugle, spyd, diskos. Redskaber aldersvarende (16-17 år og 18-19 år M/K)

Fri fordeling af M/K på holdene (dog mindst 1 medtællende af hvert køn). **Et hold: Mindst 4 deltagere**, så der kan stilles et stafethold. Yngre årgange kan IKKE deltage, og yngre kan IKKE deltage på et hold for næste aldersgruppe, altså rene aldersgrupper. Pigerne konkurrerer med pigeredskaber og pige-pointtabel og drengene med drengeredskeber og drengpointtabel. Hvert hold må have 3 deltagere pr. øvelse, hvor kun de to bedste på dagen tæller. Den enkelte må højst deltage i 3 øvelser + stafet. 3 forsøg i kast og længdespring.

Hvert hold må stille med 2 stafethold, kun det bedste tæller. Stafetten beregnes efter drengpointtabellen – DOG, hvis der er 3 eller 4 piger på holdet, så efter pige-pointtabellen.

NB: Kan klubben ikke selv stille et hold, må man stille hold sammen med en anden klub fra REGIONEN.

Dommerpligt: 1 dommer/medhjælper pr. hold

Tilmelding: ***Denne funktion aktiveres den 1. sept.***

**Senest søndag den 10. september: Tilmelding i Roster:
Tilmeld jeres hold i de forsk. grupper og betal med det samme.**

Når et hold er tilmeldt, binder tilmeldingen.

**Senest søndag den 17. september oprettes holddeltagerne via Roster –
Aktiveres 10. sept.**

Evt. rettelser til holdopstillinger så vidt muligt **før** stævnet.

Startgebyr: **Kr. 950.- pr. hold. Betaling sammen med holdtilmeldingen.**

Eftertilmelding: Mod 2x startgebyr indtil 72 timer før stævnestart

Medaljer: Til hold nr. 1,2,3 i hver gruppe.

Resultatliste: Kommer på Roster og Statletik2 samt www.hgf-am.dk

Praktiske forhold: Der er mulighed for bad/omklædning. Kantinen vil være åben under stævnet.

Tidsskema: Tidsskemaet gælder som vejledende. Er vedhæftet. Er fra sidste år.

Evt. spørgsmål: Kirsten Bergmann, tlf. 51210224, mail: kirsten.bergmann@energimail.dk