



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)

DGI Landsmesterskaber–Inde i Randers lørdag den 10. FEB. 2024 KL. 10.00

Lørdag den 10.feb.2024 kan du være med til DGI Landsmesterskaber indendørs i Langvang Atletik-og Multihal, Mariagervej 180, 8920 Randers.

Stævnet er for 10,11,12,13 år og 14-19 år samt seniorer og masters

Du kan deltage i **max.5** øvelser, så snak evt. med din træner.

10 år og 11 år (2014-2013): 60m, 800m, længde, højde, kugle

12år og 13 år (2012-2011): 60m, 60 m hæk, 800m, længde, højde, stang, kugle

14-15 år (10-09) - 16-17 år (08-07) - 18-19 år (06-05) – seniorer (04+) - masters: masters bruger seniorredskaber: 60m, 60 m hæk, 200m, 800m, 1500m, stang, længde, højde, trespring, kugle

Der er medaljer til de 3 bedste i årgangene indtil 13 år og derefter i 14-15 år, 16-17 år, 18-19 år og senior.

Stævnet begynder kl. 10.00, så der er afgang fra **Herning Atletikstadion - P-pladsen** bag ved Handelsskolen kl. **07.30**

Stævnet varer til ca. 20.30 – så måske skal vi af sted holdvis.

Den endelige kørsel aftales senere.

Forældre: vær forberedt på at være hjælpere ved stævnet, så trænerne kan coache.

Pris: 75 kr. i kørepenge til dem, der kører.

Startpengene udgør 60 kr. pr. øvelse, som betales af klubben.

Vælg omhyggeligt – snak evt. med trænerne først. **MAX 5 øvelser.**

TILMELDING SENEST TIRSDAG DEN 30. JANUAR via hjemmesiden

Du skal medbringe:

Sportssko (+ pigsko, kuglesko - hvis du har.)

Klubtrøje/Top + sorte shorts/tights

Evt. udetøj til opvarmning udenfor

Madpakke + drikkevarer -NB: **Cafeteriet er ÅBENT, så du kan købe mad.**

Kørepenge

Tidsskema, deltagerlister og dommerlister lægges i ugen før stævnet på DGI Atletiks facebook-gruppe, på DGI Atletiks hjemmeside og i Roster.

(Meld dig til DGI s facebook-gruppe: "DGI Atletik".)