



Øst hold 18. september 2016



Dansk Atletik Forbund Region Øst og Greve Atletik inviterer til østdanske mesterskaber for ungdomshold.

Sted: Greve Stadion, Lillevangsvej 88, 2670 Greve

Øvelser:

	Gruppe	Øvelser
Piger:	10-11år	60m, 400m, 1.000m, højde, længde, kugle, bold, 4x60m
	12-13år	80m, 1.000m, 60m hæk, højde, længde, kugle, spyd, 4x80m
	14-15år	100m, 300m, 800m, 80m hæk, højde, længde, kugle, diskos, spyd, 4x100m
Drenge:	10-11år	60m, 400m, 1.000m, højde, længde, kugle, bold, 4x60m
	12-13år	80m, 1.000m, 80m hæk, højde, længde, kugle, spyd, 4x80m
	14-15år	100m, 300m, 1.500m, 100m hæk, højde, længde, stang, kugle, diskos, spyd, 4x100m
Mix:	10-11år	60m, 400m, 1.000m, højde, længde, kugle, bold, 4x60m
	12-13år	80m, 1.000m, 60/80m hæk, højde, længde, kugle, spyd, 4x80m
	14-15år	100m, 300m, 800/1.500m, 80/100m hæk, højde, længde, kugle, diskos, spyd, 4x100m

Deltagere:

Hvert hold må stille med 2 deltagere i hver øvelse, men kun det bedste resultat tæller i holdkampen. Hver deltager må højst starte i 2 individuelle øvelser + stafet.

** Der kan deltage et år yngre medlemmer på holdet såfremt det er klubbens eneste mulighed for at stille hold. Således vil 10-11 års holdet kunne have 9 årige med, 12-13 års holdet vil kunne have 11 årige med og 14-15 års holdet vil kunne have 13 årige med. Øvelsesvægte m.v. vil være de samme som holdets naturlige aldersgruppe.*

Antal forsøg:

4 forsøg i kast og længde/trespring

Tidsskema m.m.:

Start kl 10, men endeligt tidsskema, oplysninger om dommerfordeling samt anden info udsendes ugen op til stævnet og vil blive offentliggjort på vores hjemmeside www.greve-atletik.dk

Tilmelding:

[Benyt tilmeldingark på hjemmesiden](#) og send senest **2. september 2016** med oplysning om hold: Klubnavn, aldersgruppe, køn og kontaktperson.

Holdopstilling: deltagernes navne, fødselsår og øvelser

Til Morten Larsen, E-mail: mortenl@greve-atletik.dk - Tlf: 2090 3541

Benyt holdopstillingsark [her](#)

Dommere:

En hjælper/dommer pr hold. Meld gerne hvis der er specielle ønsker.

Startgebyr:

505kr pr hold

Øvrig information:

Se DAF's børne- og ungdomsbestemmelse, afsnit 12.15 (12.16.5)