



SIK 80 & DGI Nordjylland Indbyder til atletikstævne i Sæby



Kom og prøv vores nye længde- og stangspringsfaciliteter i hallen.

SØNDAG DEN 21. JANUAR KL. 10.00-12.00

Ministævne For de 5-9 årige: 2x30m - Stående længde – kuglestød – Stafet

PIGER 5-9 ÅR

MINISTÆVNE

10.00 2 x 30 m løb

10.30 Kuglestød 2kg

11.00 Stående længdespring

11.30 Stafetløb

DRENGE 5-9 ÅR

MINISTÆVNE

10.00 2 x 30 m løb

10.30 Kuglestød 2 kg

11.00 Stående længdespring

11.30 Stafetløb

PIGER 10-13 ÅR

10.00 Kuglestød 2 kg

10.30 Længdespring (zone)

11.00 2 x 30 m løb

11.45 600 m løb

DRENGE 10-13 ÅR

10.00 Kuglestød 2 kg

10.30 Længdespring (zone)

11.00 2 x 30 m løb

11.45 600 m løb

PIGER 14 ÅR og ældre

10.00 Længdespring

10.30 2 x 30 m løb

11.00 Kuglestød 2-3 kg

11.45 600 m løb

12.00 Stangspring

DRENGE 14 ÅR og ældre

10.00 Længdespring

10.30 2 x 30 m løb

11.00 Kuglestød 3-4-5-6 kg

11.45 600 m løb

12.00 Stangspring

For 5-9 år

For 10 år og ældre

3 forsøg i kugle og længde

6 forsøg i kugle og længde

ÅRGANG	2017-19	2015-16	2013-14	2011-12	2009-10	2007-08
ALDERS KLASSER	5-7 år	8-9 år	10-11 år	12-13 år	14-15 år	16-17 år

Alder: **(HUSK det er første stævne efter nytår, så det kan være at man er rykket en aldersgruppe op)**