



# SIK 80 & DGI Nordjylland

## Indbyder til atletikstævne i Sæby



### SØNDAG DEN 21. JANUAR KL. 10.00-12.00

Stangspring kl. 1200-1245

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

Tilmelding i følgende øvelser:

Alder	Årgang	2x30m	100 m stafetløb	600 m	Stående længde	længde	Stang-spring	kugle
5 - 9 år	2015 - 19	x	x		x			x
10 + 11 år	2014 - 13	x		x		x		x
12 + 13 år	2012 + 11	x		x		x	x	x
14 - 15 år	2010 + 09	x		x		x	x	x
16 år +	2008 og ældre	x		x		x	x	x

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

5 - 9 år                                      Ministævne deltager i 2x30m - Stående længde – kuglestød- fælles stafetløb  
 10 - 13 årige                                Nålestævne, min. 1 løb, 1 spring og 1 kast, 6 forsøg i kugle og længde  
 14 årige og ældre                            Nålestævne, 6 forsøg i kugle og længde

**Prøv vores helt nye længde- og stangspringsfaciliteter i hallen.**

**STED** : Sæby Spektrum Hal A, Sæbygårdvej 32, 9300 Sæby  
**MØDETID** : Opvarmning fra kl. 0915  
**DIPLOMER** : Der udleveres mini diplom til 5-9 årige, diplomer med point til 10-13 årige.  
**TIDSSKEMA** : Find tidsskema på ROSTER APP eller på SIK80.dk hjemmesiden.  
**Dommer** : Der udpeges forældre fra SIK80 som dommer. Vi anvender ROSTER  
**PRIS** : Gratis for SIK80, for andre klubber 50 kr. pr deltager, betaling i ROSTER

**TILMELDING:** Skriv på Whiteboardtavlen i hallen.  
 - meld til din træner, hvis du ikke kan komme, eller være hjælpedommer.  
 - Udgangspunkt er at alle fra SIK80 automatisk er tilmeldt i alle discipliner.

----- KLIP -----KLIP-----KLIP----- KLIP----- KLIP -----

Som udgangspunkt er alle medlemmer af SIK80 automatisk tilmeldt alle discipliner.  
 - skriv gerne til/framelding på Whiteboardtavlen i hallen.

Navn og efternavn \_\_\_\_\_ fødselsdag/Årgang \_\_\_\_/\_\_\_\_ - \_\_\_\_

Øvelser: SÆT KRYDS

2 x 30 m (alle)	200 m (5-9 år)	600 m (fra 10 år)	kuglestød (alle)	længde (alle)	Stangspring (fra 12 år)

Spørgsmål – mobil 6111 4502, Gunnar Møller Nielsen