



**SIK80 og Dansk Atletik Forbund indbyder til  
Uofficielle VDMU i 3 kamp for 10-11 år &  
Officielle VDMU i 5 kamp for 12-13 år**



**Lørdag d. 24. august 2024 - kl. 11.00 – 1430**  
**På Sæby atletikstadion**

Mangekampen er individuel for drenge og piger i hver aldersgruppe, og mix holdmesterskab. Et mixhold udgøres af 4 deltagere og max 7 deltagere i hver aldersgruppe pr klub. De 4 bedste drenge/piger 10-11 årige eller 12-13 årige fra hver klub, tæller med på holdet. Point udregnes efter DAF's ungdomstabel, og kun muligt at deltage i naturlig aldersgruppe. Ændringer fra i år: 1000 m. for 10-11 årige og 600 m. for 12-13 årige er ændret til 400 meter.

Sted: Sæby atletikstadion, Klostersvænget 30C, 9300 Sæby

Discipliner:

**10-11 år      3-kamp:      60m eller 400 m - længde eller højde - kugle eller boldkast.  
- Hver deltager kan kun vælge 1 løb, 1 spring og 1 kast.**

**12-13 år      5 kamp:      80m, kugle, længde, spydkast og 400m**

Forsøg: Der gives 3 forsøg i længde, kugle, bold og spyd

Tidsskema: Foreløbig tidsskema kan findes på hjemmesiden [www.sik80.com](http://www.sik80.com) under faneblad stævner

Dommer: SIK80 og nordjyske klubber stiller dommer til stævnet.

Medaljer: Medaljer Individuelt til Nr. 1, 2 og 3 for hver aldersgruppe 10-11-12-13 år drenge og piger. Medaljer mixhold til Nr. 1, 2 og 3 for 10-11 år og 12-13 år op til 7 deltagere pr hold.

Startgebyr: 80,- kr. for alle discipliner pr deltager, som opkræves ved tilmeldingen i Roster  
500,- kr. pr. hold der sendes efterfølgende regning til klubberne.

Praktiske forhold:

Der er mulighed for toiletter/bad/omklædning i SIK80's klubhus.  
Der er begrænset med stole/bænke/overdækning på stadion.

Forfriskning: Klubhussalg af diverse mad, is, kaffe, saft, slik, kage mv. Der modtages mobil Pay

Tilmelding:

**Senest fredag d.16. august kl. 20.00.**

Tilmelding via Roster, samt Holdtilmelding sendes til [sik80.sekr@gmail.com](mailto:sik80.sekr@gmail.com)  
Bindende tilmelding for hold. Flere klubber kan gå sammen for at stille hold.

- Hvis en klub har 8 atleter eller flere, skal der laves 2 mixhold, og navnefordeling skal samtidig fremsendes til [sik80.sekr@gmail.com](mailto:sik80.sekr@gmail.com)

Eftertilmelding: Der er mulighed for at klubberne selv opdatere i Roster, senest kl. 10.00 på stævnedagen.

Stævneansvarlig Mads Krogh kan kontaktes ved spørgsmål tlf: 24204503 e-mail: [sik80.sekr@gmail.com](mailto:sik80.sekr@gmail.com)