

**Sønderjyske DGI-mesterskaber 2015
i atletik for BØRN og UNGE (op til 15 år)**

Arrangør: HaderslevIF
Dato: lørdag den 19. september 2015 kl. 10.30
Sted: Haderslev Stadion

Deltagere og øvelser:

Drenge / Piger	Øvelser:
Født 2008 (el. senere)=7 år	40m, 600m, længde, boldkast, kuglestød (1 kg)
Født 2007 = 8 år	40m, 600m, længde, boldkast, kugle (2 kg)
Født 2006 = 9 år	40m, 600m, længde, boldkast, kugle
Født 2005 = 10 år	60m, 800m, længde, højde, boldkast, kugle
Født 2004 = 11 år	60m, 800m, længde, højde, boldkast, kugle
Født 2003 = 12 år	80m, 800m, længde, højde, kugle, spyd
Født 2002 = 13 år	80m, 800m, længde, højde, kugle, spyd
<i>Og for andet år er 14 og 15 år medtaget:</i>	
Født 2001 = 14 år	100m, 800m, længde, højde, kugle, spyd
Født 2000 = 15 år	100m, 800m, længde, højde, kugle, spyd

Stafetter: - 7 år	4 x 40m (blandede drenge- og pigehold tilladt)
8-9 år	4 x 40m (blandede drenge- og pigehold tilladt)
10 - 11 år	4 x 60m (rene drenge- og pigehold)
12 - 13 år	4 x 80m (rene drenge- og pigehold)
14 - 15 år	4 x 100m (rene drenge og pigehold)

Man må supplere stafetholdet med deltagere fra aldersgruppen lige under (altså må f.eks. en 10-11 årig bruges på 12-13 års holdet), men en aktiv må kun deltage på en stafet i alt. Bemærk, at de yngste nu også løber rundbanestafet.

Antal forsøg 3 forsøg i kast samt ved længdespring (14-15 år har 4 forsøg)
Korte løb Hvis der er mange deltagere, er der både indledende løb og finale. Til finalen går heatvinderne og de bedste tider.
Præmier: Medalje til nr. 1, 2 og 3 i hver øvelse inden for de nævnte aldersgrupper. Og ved stafet er der medaljer til det vindende hold samt de hold, der bliver nr. 2 og nr. 3.

Hjælpere: Foreningerne bedes stille med mindst en hjælper pr. op til 10 deltagere.

Startpenge : 20 kr. pr. øvelse og 35 kr. pr. stafethold. Startpengene opkræves af DGI efter stævnet. (For Vidar Atletik gratis – klubben betaler)

Tilmelding : senest fredag d. 11.9. på www.vidaratletik.dk

Tidsskema og deltagerliste forventes at kunne ses på HaderslevIFs hjemmeside fra torsdag aften.
Ps. de sidste år har der været problemer/misforståelser omkring kuglestød, især ved de yngste. Derfor: Et kuglestød er gyldigt, hvis stødet startes fra udgangsstillingen "kuglen placeret ved eller tæt på hagen og/eller skulderen". (at stødet afsluttes med noget, der kan ligne en kastelignende bevægelse, betyder ikke noget.)
Nogle dommere – ikke alle er lige rutinerede – har været forstyrret af publikum, der har været meget tæt på øvelsesstedet. Det er ifølge reglerne heller ikke tilladt, så vi henstiller til, at publikum opholder sig på tilskuersiden.

På DGIs vegne
Helge Laursen