



Sønderborg Games – 3 og 5 kamp

Lørdag d. 29. juni kl. 10.00 på Sønderborg Stadion

Øvelser og aldersgrupper

7 år og yngre

400m + Længde + Bold

8 – 9 år

400m + Højde + Bold

10 – 11 år

60m hæk + 800m + Højde + Længde + Kugle

12 år og ældre

Kort hæk + 800m + Trespring + Højde + Diskos

Alle

Aldersvarende stafet (fx 4x40 m, 4x60 m, 4x80 m og 4x100m)

Racerunning (kun for atleter med erfaring i racerunning)

100m + 400m + 800m

Medaljer

Til de 3 bedste i ovenstående aldersgrupper for 3 kampen og 5 kampen og til holdene i stafetten. I den ældste gruppe er det også medaljer til 12 – 13 år, 14 – 15 år osv.

Point beregnes efter DGI's pointtabel

Dommerpligt

Der kan være dommerpligt ved stævnet

Tilmelding

www.vidaratletik.dk under menupunktet tilmelding senest d. 15. juni

Startgebyr kr. 50,- pr. deltager, efteranmeldelse frem til dagen før kr. 100,- Der er ingen efteranmeldelse på dagen.

Cafeteriaet holder åbent – bestil gerne sportsbolle på tilmeldingen kr. 20,-

Til dem som har lyst og til hjælpere er der ringridere og kartoffelsalat til kr. 30,- efter stævnet (hjælpere gratis...)

Alternativ mangekamp