



Aalborg Atletik & Motion



Dato:	23/9 2018
Tid:	11.00-14.00
Sted:	Skovdalen
<a href="http://www.aalborgatletik.dk">www.aalborgatletik.dk</a>	

## Invitation til DGI-femkamp

Hermed har Aalborg Atletik & Motion fornøjelsen af at indbyde atleter fra 6 år og op til DGI femkamp i Skovdalen søndag den 23 september 2018 med start klokken 11.00. Stævnet er et nålestævne med diplomer og DGI nåle.

### Øvelserne:

Alder	Sprint	Hæk	200 m	400 m	BO	KU	SP	DI	HØ	LÆ
6-7 år	40 m	x	x		x	x			x	x
8-9 år	40 m	x	x		x	x			x	x
10-11 år	60 m	x	x		x	x			x	x
12-13 år	80 m	x	x			x	x	x	x	x
14-15 år	100 m	x	x	x		x	x	x	x	x
16 +	100 m	x	x	x		x	x	x	x	x

Deltagelse:

1 kast, 1 spring, 1 løb + 2 valgfrie øvelser  
Atleter over 14 år vælger frit op til 5 øvelser

Stævne start:

Klokken 11.00

Aldersgrænse:

6 år og op

Tilmelding:

<http://daf.sportstiming.dk/aam/>

Tilmeldingsfrist:

Torsdag den 20. september kl: 23.59

Deltagergebyr:

20 kr. pr stævne. Mobile Pay 25 10 30 10  
eller konto nummer 9286 2075787033  
AAM deltagere betaler via kontingent

Stævneleder:

Finn Yde

Der anvendes altid. Der er 3 kast eller spring pr atlet.

Tidsplanen offentliggøres fredag den 14/9 om aftenen på AAM's hjemmeside

Atleterne opfordres til at medbringe rigeligt med forældre til at måle, rive, organisere osv.

Der er dommerforplejning til stævnet og cafeteriaet er åbent for salg kaffe, the, øl, vand, is, slik og håndmadder.

Der er en forfriskning til alle atleter i løbet af konkurrencen.