

AAIG indbydelse



DGI atletik

VEJLEDENDE TIDSSKEMA

- Kl. 11.30 Stævneåbning
- Kl. 11.45 9 km mandlig ungdom 14-15 år/16-17 år
9 Km mænd senior
9 km mænd 30-34 år/35-39 år
9 km mænd 40-44 år/45-49 år
- Kl. 12.35 9 km kvinder alle grupper 14 år -
- Kl. 13.05 9 km mænd 50-54 år/55-59 år
9 km mænd 60-64 år/65-69 år
9 km mænd 70-74 år/75 år -
- Kl. 14.00 3 km drenge 10-11 år/12-13 år
3 km piger 10-11 år/12-13 år
- Kl. 14.20 3 km mandlig ungdom 14-15 år/16-17 år
3 km mænd senior
3 km mænd 30-34 år/35-39 år
3 km mænd 40-44 år/45-49 år
- Kl. 14.40 3 km kvinder alle grupper 14 år -
- Kl. 15.00 3 km mænd 50-54 år/55-59 år
3 km mænd 60-64 år/65-69 år
3 km mænd 70-74 år/75 år -
- Kl. 15.45 Stævneafslutning

LM CROSS 2009

SI. CENTRET

ØBENINGVEJ 3 - 5

NR.HOSTRUP

6230 RØDEKRO

LØRDAG DEN 4. APRIL

DGI atletik i samarbejde med DGI Sønderjylland og Rødekro Atletik og Motion indbyder hermed til

Landsmesterskaber i Crossløb 2009

Hvornår: Lørdag den 4 april 2008 fra kl. 11.30

Hvor: SI Centret Øbeningsvej 3 – 5
Nr. Hostrup 6230 Rødekro

Stævneafvikling: Stævnet afvikles på en 3 km rund strækning

Omklædning: SI Centret Nr. Hostrup

AAIG tilmelding: Senest den 15. marts 2009

AAIG tilmelding til:

Ove Schneider på email: aaigmotion@oveschneider.dk

Angiv: Navn, Adresse, fødselsdato, distance, sportsbolle (ja/nej)

Pris:

Børn 10-11 og 12-13 år kr. 30,00 (**AAIG pris 0 kr**)

Ungdom 14-15 år og 16-17 år kr. 50,00 (**AAIG – 0 kr**)

Øvrige deltagere kr.70,00 (**AAIG pris 40 kr**)

Bestilles sportsbolle betales 30 kr for denne

Bespisning:

Sportsboller kan bestilles til en pris af kr. 30,00 pr. stk. Bestilles ved tilmeldingen. Afregnes sammen med start gebyr.

Distancer: Der løbes følgende distancer:

Køn	Alder	Form		Distance	
		Individuel	Hold	3 km	9 km
Drenge og piger	10-11 år 12-13 år	x	x	X	
Mandlig og kvindelig ungdom	14-15 år 16-17 år	x	x	X	x
Mandlig og kvindelig senior	18-29 år	x	x	X	x
Mandlig og kvindelig Veteran	30 –? år	x	x	X	x

Deltagelse:

Hver Landsdelsforening kan frit tilmelde deltagere i alle aldersgrupper.

Deltagerne kan kun deltage i én aldersgruppe under stævnet.

Stævnets afvikling:

Der konkurreres for hold og individuelt i hver aldersgruppe og distance. I holdkonkurrencen tæller de 3 bedst placerede deltagere (tider) pr. landsdelsforening.

Tidsskema – deltagerliste og stævneprogram :

Kommer på hjemmesiden ca. 1 uge før stævnet

www.dgi.dk/atletik