

## 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



Vingsted Skovvej 1 • 7100 Vejle • Telefon 79 40 40 40 • info@dgi.dk • Fax 79 40 40 80 • www.dgi.dk/atletik

A vertical banner on the left side of the page features the DGI atletik logo and the text "DGI atletik" in white on a dark red background. To the right is a photograph of two male runners on a gravel path. The runner in the foreground is wearing a dark blue tank top, grey shorts, and a white cap, with a white bib that reads "DGI 51". The runner behind him is wearing a dark blue and yellow jacket and dark pants, with a white bib that reads "DGI 69". The background shows green trees and foliage.

# LM Cross 2011

## Nyborg Vold

DGI atletik i samarbejde med DGI Fyn og NGIF til  
**Landsmesterskaber i Crossløb 2011**

<b>Hvornår:</b>	Lørdag den 2. april 2011 kl. 11.30	
<b>Hvor:</b>	Nyborg Vold, 5800 Nyborg	
<b>Stævneafvikling</b>	Stævnet afvikles på en rundstrækning på Nyborg Vold	
<b>Omklædning:</b>	Skole	
<b>Tilmelding:</b>	Senest den 20. marts 2011 Dette skal ske på mail til <a href="mailto:bente.knudsen@dgi.dk">bente.knudsen@dgi.dk</a>	
<b>Yderlige oplysninger:</b>		
<b>NGIF:</b>	Anna Haals <a href="mailto:haals@mail.tele.dk">haals@mail.tele.dk</a> 24 48 47 13	
<b>Landsudvalget:</b>	Susanne Jensen <a href="mailto:spyd.kast@net.telenor.dk">spyd.kast@net.telenor.dk</a> 29 67 20 21	
<b>Pris:</b>	Børn 10-11 og 12-13 år	50,00 kr.
	Ungdom 14-15 og 16-17 år	75,00 kr.
	Øvrige deltagere	95,00 kr.
<b>Bespisning:</b>	Frokost kan bestilles ved on-line tilmelding pris kr. 30,00 pr. stk. og afregnes via DGI's kontor.	
<b>Overnatning:</b>	Kontakt NGIF	

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 og opefter	x	x	x	X

**Deltagelse:**

Hver landsdelsforening kan frit tilmelde deltagere i alle aldersgrupper. **Deltagerne kan kun starte i én aldersgruppe under stævnet.**

**Stævnets afvikling:**

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

**Tidsskema og deltagerliste**

Tidsskema og deltagerliste kommer på hjemmesiden ca. 1 uge før stævnet [www.dgi.dk/atletik](http://www.dgi.dk/atletik)