

Dansk  
Atletik



21 - 09 -

Østdanske

HOLD-

MESTERSKABER

UNGDOM

---

2024



Lyngby

Atletikstadion

# HOLD

For 12-15 år, kan der både stilles; drenge-, pige- og mixhold. Mens at der for 10/11 år **kun** er mixhold.

For komplette regler om

holdsammensætning for både drenge,

piger og mix-hold, se [tif.dk](http://tif.dk) eller :

§12.16.3

## 10-11 år: årg. 2014-2013

1000m

4x60m hæk

Længde

Kugle

60m

4x60m stafet

Hylerkast\*

*\*der kastes med Nerf Howler og uddeles point jævnfør boldkastpointtabellen  
Længde, Kugle og Hylerkast udføres med zoneopmåling*

## 12-13 år: årg. 2012-2011

60m/80m hæk

1000m

Længde

Kugle

80m

4x80 stafet

Højde

Spyd

## 14-15 år: årg. 2010-2009

80m/100m hæk

300m

4x100m stafet

Højde

100m

800m/1500m

Længde

Kugle

Spyd

Diskos

DISCIPLINER

# PRAKTISKE OPLYSNINGER

## Tilmelding:

Tilmelding vil ske på email til [magnus.h.poulsen@gmail.com](mailto:magnus.h.poulsen@gmail.com)  
Holdopstilling sende i excelark som findes på [tif.dk](http://tif.dk)  
Tilmeldingsfrist for antal hold, senest lørdag d. 7. september.  
Tilmeldingsfrist for holdopstilling, senest lørdag d. 14 september.  
Roster: <https://meets.rosterathletics.com/public/competitions/details/about?id=25671>

## Dommere:

Deltagende klubber vil blive bedt stille dommere/hjælpere i det omfang det er nødvendigt.

## Eftertilmelding:

Mod 2 x startgebyr indtil 72 timer før stævnestart. I det omfang tidsskemaet tillader det.

## Startgebyr:

505 kr. pr. hold. Startgebyret opkræves efter stævnet. Når et hold er tilmeldt binder tilmeldingen.

## Medaljer:

Til hold nr. 1,2,3 i hver gruppe.  
10-11 år afvikles ikke som et mesterskab, og der overrækkes derfor ikke DAF's ungdomsmedaljer, men "normale medaljer".

## Tidsskema:

Vil kunne findes på [tif.dk](http://tif.dk) og Roster.  
Vær opmærksom på at 10/11 er fra 10-13:30  
og 12/13 samt 14/15 fra 11-16:30

## Eventuelle spørgsmål:

Magnus Poulsen, tlf. 42703270  
email: [magnus.h.poulsen@gmail.com](mailto:magnus.h.poulsen@gmail.com)

## Vi ses d. 21. september på:

Lyngby atletik stadion: Lundtoftevej 53a  
2800 Kgs. Lyngby

