



INDBYDELSE TIL REGIONSFINALEN

Lørdag den 21. august 2010

Vejle Atletikstadion

Region Sydjylland (SYD) indbyder hermed til regionsfinalen for 10-11 årige og 12-13 årige piger og drenge på Vejle Atletikstadion, Helligkildevej 2, 7100 Vejle, hvor programmet ser sådan ud:

10.00	Uddeling af numre
10.30	Fælles indmarch
11.00	Stævnet begynder
15.00	Stævnet slutter
	Spisning (mens pointberegningen færdiggøres)
15.30	Præmieoverrækkelse

Vi håber, at alle kommer i god tid, så vi kan være klar til indmarchen kl. 10.30. Faner og et skilt med regionens navn må gerne medbringes.

ØVELSER 10-11 ÅR: 60 m hæk, 60 m, 1000 m, højde, længde, kugle, bold, stafet

ØVELSER 12-13 ÅR: 60 m hæk/80 m hæk, 80 m, 200 m, 1000 m, højde, længde, kugle, spyd, diskos, stang(drenge), stafet

DELTAGERE: Hver deltager må max. deltage i 3 øvelser samt stafet.
Regionen må max. deltage med 3 i hver øvelse. Kun de 2 bedste tæller.
Tre forsøg i længdespring og kast.
Medaljer til de tre bedste hold i alle grupper.

POINTBEREGNING: 12-11-10 osv. i individuelle discipliner
12-10-8 osv. i stafet.

DOMMERE: 2 dommere/hjælpere fra hver af de øvrige regioner (benyt skema)
Sydjylland stiller med resten af dommerne.
Dommerforplejning undervejs.

TIDSSKEMA: Vejledende tidsskema vedhæftet.

DIVERSE: Der vil blive mulighed for at bestille forplejning til deltagere og ledere til efter stævnet. Nærmere oplysninger fremsendes i løbet af 14 dage.

TILMELDING: **På vedhæftede lister senest den 7. august 2010 til:**
Helle Lindved, lindved.vejen@mail.tele.dk

Med venlig hilsen

Region Sydjylland
Helle Lindved
tlf. 75362452 / 40706873

Vejledende tidsskema Regionsfinale 2010 i Vejle

TID	LØB	HØJDE	LÆNGDE	STANG	SPYD	DISKOS	KUGLE	BOLD
11.00	60 hæk P 11	P11	D 13			P 13	D13	D 11
11.15	60 hæk D 11							
11.30	60 hæk P 13							
11.45	80 hæk D 13	D 11	P 13				P 13	
12.00	1000 m P 11					D 13		P 11
12.10	1000 m D 11							
12.20	1000 m P 13							
12.30	1000 m D 13		D11				P 11	
12.45	80 m P 13	P13		D 13	D 13			
12.55	80 m D 13							
13.05	60 m P 11							
13.15	60 m D 11		P 11				D 11	
13.30	200 m Pi 13	D13			P13			
13.45	200 m Dr 13							
14.00	4x60 m Pi 11							
14.10	4x60 m Dr 11							
14.20	4x80 m Pi13							
14.30	4x80 m Dr 13							