

HVORNÅR

SØNDAG DEN 16. DECEMBER KL. 10.00

LØRDAG 5. JANUAR KL. 10.00

SØNDAG DEN 3. FEBRUAR KL. 10.00

HVOR

ATLETIKHALLEN
HVIDOVRE STADION
LIGE VED FRIHEDEN S-TOG STATION

ØVELSER

P/D -9, 10-11, 12-13 ÅR

50M, 50M HÆK, LÆNGDE, HØJDE, KUGLE,
SKUMSPYD OG 3-KAMP (50M, LÆ, KU)

P/D 14-15, 16-17, SENIOR M/K SAMT MASTERS

50M, 50M HÆK, LÆNGDE, TRESPRING, HØJDE,
STANG OG KUGLE

INDLEDENDE OG FINALE FOR ALLE PÅ 50M
4 FORSØG TIL ALLE INDTIL 13 ÅR I LÆ-KU-SS
6 FORSØG TIL ALLE FRA 14 ÅR I LÆ-3S-KU

PRÆMIER

3 BEDSTE I HVER ØVELSE -15 ÅR VED ALLE STÆVNER
VED SIDSTE STÆVNE UDDELES DER I DEN SAMLEDE
KONKURRENCE OG HOLDKONKURRENSEN STORE
POKALER !!!

SAMLET KONKURRENCE

DET GÆLDER OM AT SAMLE SÅ MANGE POINT
SAMMEN SOM MULIGT
DE 3 BEDSTE ØVELSER I HVERT STÆVNE TÆLLER
DEN 10. FEBRUAR KÅRES EN SAMLET VINDER P/D
HOS -9, 10-11, 12-13 OG 14-15 ÅR
SKIFTER MAN ALDERSKLASSE TIL NYTÅR, SÅ TAGER
MAN SINE POINT MED OP I NY ALDERSKLASSE

HOLDKONKURRENCE

DEN 10. FEBRUAR VINDER DEN KLUB, DER HAR
SCORET FLEST POINT PÅ TVÆRS AF KLASSE

POINTGIVNING

DER GIVES 20-18-16-15-14-13.....3-2-1 OG HEREFTER
1 POINT TIL ALLE DER GENNMFØRER

hvidovre indoor 2019

20 ÅRS JUBILÆUMSSÆSON

STARTPENGE

-13 ÅR 50 KR./ØVELSE

14 ÅR OG ÆLDRE 80 KR./ØVELSE

HVIS MAN IKKE ØNSKER DOMMERPLIGT,
SÅ KOSTER DET 80/120 KR./ØVELSE

DOMMERPLIGT

2-7 DELTAGERE = 1 DOMMER

8-14 DELTAGERE = 2 DOMMER

15+ DELTAGERE = 3 DOMMERE

TILMELDING

SENEST SØNDAGEN FØR STÆVNET TIL
MICHAEL BRUUN JEPSEN (2729 2519),
SPORTSCHEF@HVIDOVRE-ATLETIK.DK

INFO

TIDSSKEMA OG DOMMERPLIGT VIL BLIVE UDSENDT
PÅ MAIL, OG LAGT PÅ HJEMMESIDEN ONSDAG
MORGEN FØR STÆVNET



HVIDOVRE
ATLETIK & MOTION



Kaiser | sport og ortopædi



HVIDOVRE
KOMMUNE