

# SILKEBORG ATLETIKKLUB 1977

## Så er der nålestævne i Stoholm!

**Hvornår?** Mandag den 1. september 2014 kl. 17.30 - ca.20.00

**Hvor?** Stoholm Fritids- og Kulturcenter, Søndergade 56, 7850 Stoholm

**Hvad?** DGI-nålestævne for alle aldersgrupper. Fremragende stævne for helt nye medlemmer eller lidt øvede, men er ellers åbent for alle.

### Øvelser:

Indtil 9 år: 40 m – 400 m – Længde – Bold- Kugle

10-11 år: 60 m – 600 m - Højde – Længde – Bold- Kugle

12-13 år: 80 m – 800 m- Højde – Længde – Kugle – Spyd - Diskos

14 år+: 100 m – 800 m – Højde – Længde – Kugle - Spyd

**Krav til nåle:** Hvis man skal komme i betragtning til en nål af guld, sølv eller bronze – eller et diplom, skal man deltage i følgende antal øvelser:

Under 14 år: 1 løb (man må gerne løbe flere løb, men kun ét tæller), 1 spring, 1 kast. Fra 14 år: Frit valg af 3 discipliner

### Husk følgende:

Klubdragt (minimum klubtrøje). Husk også pigsko (hvis du har det) og løbesko, overtrækstøj eller varmt tøj, drikkedunk. Forældre bør nok tage en paraply med, da stævnet sidste år var meget regnfylt.

**Kørsel:** Kl. 16.30 fra Silkeborg Atletikstadion. Der er tradition for, at forældre kører til stævner på skift – og fylder bilen op. Udfyld derfor sedlen herunder, så vi kan se, hvem der kan tage nogen med.

**Mere info:** Per Mortensen – 51 39 33 30 / [pem@bygfs.dk](mailto:pem@bygfs.dk)

---

**Tilmelding til DGI-nålestævne mandag den 1. september** (senest 28. august)

**Navn:** \_\_\_\_\_ **Årgang:** \_\_\_\_\_

**Øvelser:** \_\_\_\_\_

**Kørsel:** Vi kan køre \_\_\_\_\_ og tage \_\_\_\_\_ passagerer med - Vi kan ikke køre \_\_\_\_\_