

# SILKEBORG ATLETIKKLUB 1977

## Så er der (nyt) indestævne i Skive!

**Tid:** Lørdag den 4. februar 2017 kl. 12.00

**Sted:** Spar Nord Arena, Skive

Dette stævne i Skive giver en sjælden mulighed for at løbe 4x200 m og øve sig i det inden DMU-inde den 25.26. februar samme sted. Vi vil gerne se, om vi kan stille en række stafehold, så vi kan vurdere, om vi synes, at de skal til DMU. Vi plejer nu at være gode nok. Trænerne bedes derfor at prøve at same hold til 4x200 m i de enkelte aldersgrupper.

**Øvelser:** 60 m, 800 m, 3000 m, længde, højde + hammer og vægkast udendørs.

**Aldersgrænse:** Fra og med årgang 2005.

**Tidsskema:** Det endelige tidsskema foreligger, når alle tilmeldinger er inde, og kan findes på Skive AM's hjemmeside senest et par dage før stævnet..

**Kørsel:** Aftales, når vi ved hvem der skal med. Husk at angive kørselsmulighed på tilmeldingssedlen.

**Tøj og sko:** Husk klubtrøje, varmt tøj til opvarmning udendørs, løbesko og pigsko.

**Husk også:** Et godt tæppe – det kan være koldt at sidde ned i hallen. Madpakke og drikkevarer, men der er cafeteria i tilknytning til atletikhallen.

**Flere informationer:** Søren Munch - 20 19 43 07. [Infosedlen findes også på www.www.sak77.dk](#) og på Facebook.

---

**Tilmelding til indestævne i Skive lørdag 4. februar 2017 (senest 28. januar)**  
(tilmelding på Facebook er også OK )

Navn: \_\_\_\_\_ Årgang: \_\_\_\_\_

Øvelser (husk pr i løbeøvelser): \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Jeg/mine forældre kan køre, og vi kan have \_\_\_\_\_ passagerer med