

# SILKEBORG ATLETIKKLUB 1977

## Så er der nålestævne i Stoholm!

**Hvornår?** Torsdag den 7. september 2017 kl. 17.30-ca.19.30

**Hvor?** Stoholm Atletikstadion

**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 regnfyldt.

**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 – 23607721, [pm@sak77.dk](mailto:pm@sak77.dk)

Per Fløjgaard - 22 46 48 55 , [pf@sak77.dk](mailto:pf@sak77.dk)

---

**Tilmelding til DGI-nålestævne torsdag den 7. september** (senest 3. september)

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

**Øvelser:** \_\_\_\_\_

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