AAIG atletik, tri og motion d. 31.8.18.

Så er der lige mulighed for endnu et nålestævne (og en af de sidste stævnemuligheder i år):

I Haderslev tirsdag d. 11.9. – starter kl. 17.30

Der er ikke et stævne, vi har prioriteret højt. Først og fremmest er der jo børne- og ungdomsmesterskaberne for op til 15 år i Haderslev søndag d. 23. september, som vi håber og satser på en stor AAIG deltagelse i, også i stafetter.

Men I skal selvfølgelig have tilbuddet. Det forventes, at forældre giver en hånd med ved stævnet.

Øvelser: Kort løb, langt løb, længde, højde, kugle, bold (-12 år), spyd (fra 12 år-)

Med kort løb menes: 40 m – 9år, 60 m 10-11 år, 80 m 12-13 år, 100m fra 14 år.
Med langt løb menes: 600 m – 11 år, 800m fra 12 år-
Der skal vælges mindst et løb, et spring og et kast.
Fra 14 år (årg. 2004) kan man udføre de 3 øvelser mere frit (2 fra en kategori, 1 fra en anden)

Vi kører fra Stadion kl. 16.30 for dem, der kører for og med klub. Håber flere forældre tager med, da vi skal give en hånd med.
Kørselsbidrag for de, der skal køre med klub: 25 kr – opkræves senere.
Helge og Allan regner med at være ved stævnet.
Tilmelding til Allan (22348501) senest på onsdag d. 5.9.:

pr. mail til Allan allanlotz@outlook.dk med de ønskede oplysninger eller seddel afleveres til træner senest onsdag.

Tilmelding til nålestævnet i Haderslev tirsd. d.11.9

Navn: årg: Øvelser:

Far/mor kan køre for klub:

Kommer selv:

Skal køre med klub:

Kontakt telefon: kontakt mail: