



Sparta & Dansk Atletik

Danske mesterskaber i mangekamp 2019 den 29. august – 30. august på Østerbro stadion.

Sparta AL og Dansk Atletik Forbund indbyder til de danske mesterskaber i mangekamp.

- Starttidspunkt:** Lørdag den 29. august klokken 11:00
Søndag den 30. august klokken 10:00
- Aldersgrupper:** Ungdom (fra 14-15 år og op), seniorer og masters.
- For at skabe et godt miljø for mangekamp, så udbyder vi også mangekamp for 10-11 år (søndag) og 12-13 år (lørdag).
Disse mangekampe indgår dog ikke i DM.
- Øvelser:**
- DM Mangekamp**
7-kamp: 80/100 hæk, højde, kugle, 200m, længde, spyd, 800 m
9-kamp: 100 hæk,
10 kamp: 100m, længde, kugle, højde, 400m, 110 m hæk, diskos, stang, spyd, 1500m
- Udenfor DM**
Søndag: 3-kamp (1 løb(60/1000)–1 spring(længde/højde)–1 kast(kugle/bold)) for 10-11 år
Lørdag. 5-kamp (60H/80H-kugle–længde–spyd–600 m) for 12-13 år
- Stævneinformation:** Kan findes på dansk-atletik.dk, Ungdomsbestemmelserne samt på Spartas hjemmeside atletik.sparta.dk
- Tilmeldinger:** Senest **tirsdag den 18. august** til spartastaevnetilmelding@sparta.dk
Tilmeldingen skal indeholde:
Navn, Fødselsår, Klasse, Disciplin, PR og Årsbedste (så vi kan seede i løbene).
- Startpenge:**
- DAFs satser:**
Ungdom: 14-15, 16-17, 18-19 og 20-22 årige: kr. 150,-
Ungdom: 10-11 og 12-13 år: kr. 100,-
Seniorer og masters: kr. 225,-
Pr. udeblevne dommerligt: kr. 500,-
- Efteranmeldelse:** Senest 72 timer før start.
Efteranmeldelse koster:
2 x startgebyr.
- Start-/resultatlister:** Listerne kan løbende ses på App'en Roster
- Overnatning:** Pga. Covid-19 situationen kommer vi højst sandsynligt ikke til at tilbyde overnatning.
- Bespising:** Vi tilbyder frokost samt aftensmad i Sparta.
Pris for frokost pr. person kr. 60,-
Pris for aftensmad pr. person kr. 80,-
- Hotel / Vandrehjem:** Vi kan anbefale følgende overnatningssteder:
Cab Inn – Kunde nr. 2509
Danhostel City
- Kiosk:** Vi kan tilbyde både sunde frokostretter og også lidt til den søde tand fra vores kiosk - beliggende lige ved indgangen til stadion.

Spørgsmål:

Spørgsmål kan rettes til:

Charlotte Beiter Bomme på Charlotte@sparta.dk