

ØSTJYSKE MESTERSKABER (ØM) PÅ RANDERS ATLETIKSTADION LØRDAG D. 18. SEPTEMBER 2021 KL. 10-15

Mariagervej 180, 8920 Randers NV, Arr. Randers Freja Atletik & Motion



De østjyske mesterskaber i atletik (herefter ØM) er et årgangsoptaget medaljestævne for atletikudøvere i den østjyske region. Atleter udenfor den østjyske region kan deltage, men kan ikke vinde medalje.

ØM afvikles i 2021 kun for de 5-11-årige, da de 12-årige og op tilbydes flere medaljestævner end de 5-11-årige.

5-årige (årg. 2016): 40 m. væltehæk, 40 m., 400 m., længde, bold, kugle og 4x40 m.

6-årige (årg. 2015): 40 m. væltehæk, 40 m., 400 m., længde, bold, kugle og 4x40 m.

7-årige (årg. 2014): 40 m. væltehæk, 40 m., 400 m., længde, bold, kugle og 4x40 m.

8-årige (årg. 2013): 40 m. væltehæk, 40 m., 400 m., længde, bold, kugle og 4x40 m.

9-årige (årg. 2012): 40 m. væltehæk, 40 m., 400 m., længde, bold, kugle og 4x40 m.

10-årige (årg. 2011): 60 m. hæk, 60 m., 200 m., 600 m., længde, højde, bold, kugle og 4x60 m.

11-årige (årg. 2010): 60 m. hæk, 60 m., 200 m., 600 m., længde, højde, bold, kugle og 4x60 m.

Aldersgrupper kan i tidsskemaet blive slået sammen for en hensigtsmæssig afvikling. 3 forsøg i spring og kast. Med forbehold for fejl og ændringer. Øvelser, hvor der ikke er tilmeldte ved tilmeldingsfristen d. 14/9 udgår.

Pris: Kr. 40,- pr. øvelse. Startgebyret betales via Mobilepay nr. 80942 (5 cifre). Husk atletens navn – og ØM i tekstfeltet. **Kr. 40,- pr. atlet ved tilmelding til stafet.** Stafetholdene kan om nødvendigt laves på tværs af klubberne.

Medaljer: Der er medaljer til nr. 1, 2 & 3 i hver disciplin på hver årgang. Bemærk at præmie-overrækkelse tilstræbes afviklet løbende, men kommer nok til at foregå sidst i stævnet.

Dommerpligt: Randers Freja Atletik & Motion leder alle øvelser, men forældrehjælp fra alle er en nødvendighed.

Hjælp:

I Randers Freja Atletik & Motion er vi alle frivillige og for at kunne afvikle stævner, har vi behov for forældrehjælp. Vi har et meget stort behov for hjælp som fx. dommere, hjælpere, stå i bod, bage og/eller dommerforplejning. Det kan ikke lade sig gøre uden jer. Udfyld derfor meget gerne med hvad i kan under hjælpeafsnittet. På forhånd mange tak.

Tilmelding: sidste tilmeldingsfrist **tirsdag d. 14. september 2021 kl. 23.00**, via link på www.randersfrejaatletik.dk, link i mail, evt. ved flere deltagere i excel-ark til carlo@randersfrejaatletik.dk med tydelig angivelse af navn, årgang, køn, discipliner og klub. 3-dobbelt startgebyr ved tilmelding i perioden onsdag d. 15.9 - torsdag d. 16.9. kl. 22.00. Herefter er tilmelding ikke mulig.

Udkast til tidsskema og tilmelding offentliggøres på www.randersfrejaatletik.dk