

Dansk Atletik Forbund og Region ØST

VINTERTURNERING

2009 / 2010

INDBYDELSE

program og regler

1. runde: Lørdag den 5. december i Ballerup, Ballerup AK
2. runde: Lørdag den 9. januar i Blovstrød, Blovstrød Løverne
3. runde: Lørdag den 6. februar i København, Sparta
4. runde: Lørdag den 20. marts i Helsingør, Helsingør IF
Afslutning med præmieoverrækkelse.

Oplysninger hos Region ØST / Ungdom:

Jesper Borrisholt, 48 17 49 07.

E-mail: jesper.borrisholt@webspeed.dk

Bente Leisner, 30 62 03 19.

E-mail: ungdom@kif-atletik.dk

Region ØST's hjemmeside: www.regionost.dk

Dansk Atletik Forbund og Region ØST's Vinterturnering 2009/2010.

Vinterturneringen afvikles som 4 individuelle runder.

For at opnå medalje, både individuelt og i holdløbet, skal den enkelte og holdet have deltaget i min. 3 runder. Der gives point i hhv. 3 og 4 runder.

Efter sidste løb uddeles T-shirt til løbere, der har deltaget i min. 3 runder.

Aldersgrupper, distancer og tidsskema til alle fire runder:

- Piger og drenge indtil 9 år løber max. 2 km. kl. 13.00
- Piger og drenge 10/11 år løber max. 2 km. kl. 13.00
- Piger og drenge 12/13 år løber max. 3 km. kl. 13.20
- Piger og drenge 14/15 år løber max. 4 km. kl. 13.40
- Piger og drenge 16/17 år løber max. 4 km. kl. 13.40

Det er den alder deltageren fylder i år 2010, som er gældende for aldersgruppeinddelingen.

Der kan tilmeldes hold af max. 5 deltagere, disse deltagere behøver ikke at være de samme fra runde til runde. De 3 første løbere i mål, danner holdet i holdkonkurrencen. I alle aldersgrupper løbes både individuelt og 3 personers hold. En løber kan i samme turnering kun konkurrere for én klubs hold.

Ved eventuelt pointlighed findes vinderen ved flest indbyrdes 1.-2. pladser, ved fortsat pointlighed gives samme placering og medalje.

Pointberegning:

Individuel placering giver følgende point:

Nr. 1 = 10 point, nr. 2 = 8 p., nr. 3 = 7p., nr. 4 = 6 p., nr. 5 = 5 p., nr. 6 = 4 p., nr. 7 = 3 p., nr. 8 = 2 p. Resten af de deltagere der gennemfører, får 1 point.

Holdløb udregnes ud efter de 3 hurtigste tider i mål.

Holdets placering giver følgende point:

Nr. 1 = 30 point, nr. 2 = 24 p., nr. 3 = 21 p., nr. 4 = 18 p., nr. 5 = 15 p., nr. 6 = 12 p., nr. 7 = 9 p., nr. 8 = 6 p. Resten af de hold der gennemfører, får 3 point.

Startgebyr:

For hvert tilmeldt hold betales der et beløb på kr. 250, som gælder for max. 5 løberes deltagelse i alle 4 runder. (Og det behøver som tidligere nævnt ikke være de samme i hver runde). Vi ser gerne så mange hold i hver klasse fra de enkelte klubber, så derfor betales der kun kr. 200, for klubbernes hold nr. 2 og følgende. Individuelle tilmeldinger dvs. tilmeldinger fra klubber, som ikke stiller med hold opkræves et startgebyr på kr. 60 for deltagelse i alle 4 runder.

Præmier:

Efter 4. runde overrækkes **medalje** til nr. 1-2-3 i hver klasse i den individuelle konkurrence og **medalje** til hold nr. 1-2-3 i hver aldersklasse i holdkonkurrencen.

I den individuelle konkurrence tæller de 3 bedste runder med i konkurrencen.

I holdkonkurrencen tæller alle 4 runder med i konkurrencen. For at opnå medalje skal hver deltager/hold have deltaget i min. 3 runder.

Der overrækkes **T-shirt** til alle deltagere, der har deltaget i min. 3 runder.

Der overrækkes **POKAL** til klub nr. 1-2-3 i klubkonkurrencen (hvor klubbens point for de individuelle placeringer og holdplaceringer lægges sammen).

Tilmelding til vinterturneringen 2009/2010, både individuelle og holdtilmeldinger, skal sendes senest **fredag den 20. november 2009** til Jesper Borrisholt: jesper.borrisholt@webspeed.dk

Oplys navn, årgang og T-shirt størrelse (7-8 år/128 cm, 9-11 år/140 cm, 12-13 år/152 cm og Small, Medium, Large, X-Large) på deltagerne samt kontaktperson og e-mail.

Eftertilmeldinger til de efterfølgende runder skal sendes til Jesper Borrisholt ugen før hver runde.

For at få så mange til at løbe igennem hele vinteren kan enkelte eftertilmeldinger også foretages ved startstedet senest 45 min. før start. Der opkræves kun alm. tilmeldingsgebyr og ikke noget ekstra gebyr. Ca. 2 uger før hvert løb (2. runde gerne inden jul) udsendes information om startsted, omklædning og rute m.m. fra de arrangerende klubber.

Ballerup AK

Jørgen Matz, 30 83 25 21

E-mail: jmat@mettebundsgaard.dk

Hjemmeside: www.ballerup-ak.dk

Blovstrød Løverne

Per Le Fevre, 23 35 66 58

E-mail: plf@email.dk

Hjemmeside: www.blovstrod-loverne.dk

SPARTA

Charlotte Beiter Bomme, 35 26 69 00 / 21 27 07 48

E-mail: charlotte@sparta.dk

Hjemmeside: www.sparta.dk

Helsingør IF - Atletik

Pia Graves, 40 72 48 16

E-mail: post@hif-atletik.dk

Hjemmeside: www.hif-atletik.dk