**Gruppearbejder –Udviklingskonferencen -Sammenfatning**

*Gruppe 1:Typer af arrangementer og konkurrencer, som bedst kan tilbydes motionsløbere, springere og kastere. Tænk også i nye utraditionelle arrangementer*

1. Blandede grupper til stævner i udvalgte discipliner
2. Træn for sjov med udfordringer
3. Alternative discipliner(stående længde, små hække, slyngbold, boldkast, zone ved længde, præcisionskast
4. Løb med handicap
5. Alle mod alle (pointtabel)
6. Par-løb M/K kast/spring/mangekamp pointtabel
7. Polsk 10-kamp
8. Børne/mastersstævner sammen
9. Jagtstævner
10. Pointstævner-3.kamp
11. oversigt over åbne stadion og træningssteder – via FB/masters
    1. Rundspørge hos klubberne, om de har åbne stadions
    2. Sommerferie rundt i DK til byer med træningssteder
12. Hver klub bør tilbyde en træningsaften pr. uge for masters

*Gruppe 2:* ***Fra seniorer til Masters.*** *Masters begynder ved 30 år i Danmark/Norden – 35 internationalt. Hvad skal vi tage hensyn til for de forskellige aldersgrupper 30-45 år (Hvordan får vi fat i ”de gamle” eliteudøvere?* ***Findes der rollemodeller****? Hvad skal der til, for at de fortsætter, som masters/kommer igen?), 46 – 60 år og 60+?*

1. DM-Masters og DM senior inde sammen
2. Træningsmiljøer skabes for alle aldersgrupper +30
3. Både socialt men også konkret seriøs træning
4. Brug FB få fat i de andre til træning/stævner
5. Tilgængelige stadions/træningssteder er et must

*Gruppe 3: Foreslå og prioritere aktiviteter, der skal* ***gøre masters bane-atletikken spændende, og gerne sjov*** *- for de aktive masters.*

1. Blandede stævner for ungdom/masters
2. Flere stævner, hvor masters kan deltage
3. Træn med de unge og føl dig ung
4. kompetente træneren, der også vil de gamle- træningsaftaler forhindre afbud
5. Østersøcup: masterslandskamp mellem øst/vest/skåne/nordtyskland
6. Erfaringsudveksling hos sprintere/springere – træningsplaner m.v.
7. En platform hvor træningsplaner kan lægges ud
8. Udvikle et nyt atletikmærke til begyndere
9. Socialt samvær efter træningen kaffe/spisning (i Odense har de fælles tirsdagsspisning)
10. Træningssamlinger 2-4 klubber imellem/sammen
11. kan/skal vi selv være mere udfarende vedr. stævner? Spørg om masters må være med - det gør ikke noget om man kommer sidst
12. Stafetløbsstævner med motionister 800 m-15000 m o.s.v
13. Aldersintegrerede holdstævner ungdom/senior/master løb/spring/kast/stafet
14. masters 3. kamp – 4.kamp-5.kamp
15. Sjove ting for at få nye med : kastemaraton – kastestafet - få kuglen i en ring med point – handicap-løb med forskellige startsteder
16. Personlig rekord stævne – hvem kommer tættest på sin pr.?
17. Hække/forhindringsstafet – pind til pind
18. Stående længdespringsstafet
19. Regionsmesterskaber
20. Hvordan får vi de passive med (nej jeg er ikke god nok). Vis dem tider (overbevisningstider) - jo jeg kan godt være med