



Foto Michael Hyllested

Dansk Atletik Forbund og Ballerup Atletik Klub indbyder til:

DM Indledende 12-15 årige hold & DM junior hold

Søndag d. 28 maj kl. 10.00

Sted: Ballerup Atletik Stadion

Arrangør: Ballerup Atletik Klub



Øvelserne

Kvinder 16-19 år (årgang 2001-1998):

100 m – 400 m – 1.500 m – 5.000 m – 100 m hæk (84 cm) – 4x100 m stafet – længde – højde – stang – kugle (4 kg) – diskos (1 kg) – spyd (600 g) – hammer (4 kg)

Mænd 16-19 år (årgang 2001-1998):

100 m – 400 m – 1.500 m – 5.000 m – 110 m hæk (99,1 cm) – 4x100 m stafet – længde – trespring – højde – stang – hammer (6 kg) – kugle (6 kg) – diskos (1,75 kg) – spyd (800 g)

Piger 12-15 år (årgang 2005-2002):

100 m – 300 m – 800 m – 3.000 m – 80 m hæk (76,2 cm) – 4x100 m – længde – højde – stang – kugle (3 kg) – diskos (750 g) – spyd (500 g) – hammer (3 kg)

Drenge 12-15 år (årgang 2005-2002):

100 m – 300 m – 800 m – 3.000 m – 100 m hæk (84 cm) – 4x100 m – længde – højde – stang – kugle (4 kg) – diskos (1 kg) – spyd (600 g) – hammer (4 kg)

Hver klub må stille med 2 deltagere i hver øvelse, men kun det bedste resultat tæller i holdkampen. Hver deltager må højst starte i 2 individuelle øvelser + stafet.

Stævne oplysninger

Stævneadresse

Ballerup Atletik Stadion, Marbækvej 10, 2750 Ballerup

Stævneleder

Jørgen Matz, Ballerup Atletik Klub

Mobil: 30832521

Email: JMAT@METTEBUNDSGAARD.DK

Tilmelding

Skriftlig tilmelding skal ske til Dansk Atletik Forbund (daf@dansk-atletik.dk) **senest 8. maj**. Oplys klubnavn, aldersgruppe, køn og kontaktperson.

DAF §12.11.8 indeholder en bestemmelse for tilmelding af kombinerede hold hvortil der skal opnås en tilladelse fra B&U komitéen.

"Børne- ungekomitéen kan give tilladelse til deltagelse af kombinerede hold, bestående af medlemmer fra to - tre foreninger, der hver for sig ikke er i stand til at stille hold. De skal have hjemsted inden for et begrænset geografisk område, hvis særlige forhold, der oplyses over for Børne- ungekomitéen, taler herfor. Der kan stilles op i egen klubdragt. Deltagere på kombinerede hold er kun "låst" i DM for hold, og deltagerne kan deltage individuelt eller på eget klubhold i andre stævner"

Holdopstilling

Holdopstillingen (deltagernes navne, fødselsår og øvelser) skal være den arrangerende forening, Ballerup AK, i hænde senest 1 uge før stævnet dvs. **21. maj**.

Holdopstillingen skal sendes til Jørgen Matz på email: JMAT@METTEBUNDSSGAARD.DK

Brug templatén for DMU holdopstilling som er tilgængelig på www.ballerup-ak.dk.

Oplys gerne seednings resultater på løb.

Startgebyr

Startpenge pr. hold (opkræves af DAF): kr. 500

Ved for sen fremsendelse af holdopstilling (opkræves af Ballerup AK): kr. 100

Ved ikke at stille med dommere - pr. stk. (opkræves af Ballerup AK): kr. 500

Dommerpligt

For klubberne i øst er der dommerpligt med 2 dommere per hold. Navn og foretrukne øvelser på de 2 dommere/hjælpere skal anføres på holdopstillingen. Oplysninger om dommerfordeling samt anden information udsendes ugen op til stævnet og vil blive offentliggjort på www.ballerup-ak.dk.

Afvikling

Afviklingen foregår i henhold til BU-bestemmelserne §12.10 og 12.11. For praktiske oplysninger kan klubberne rette henvendelse til stævnelederen. Generelle spørgsmål vedrørende afvikling af DM 12-15årige hold & DM junior hold bør rettes til B&U komiteen.

Der foretages lodtrækning om heats og bane/startrækkefølge. I løb til og med 400 meter seedes heats sådan at klubbernes 1. deltager/hold løber før 2. deltager/hold. Over 400 meter løbes i fald det er praktisk muligt i 1 heat. Når det ikke er muligt seedes efter samme princip som løb til og med 400 meter.

Der gives 6 forsøg i længdespring, trespring samt i kasteøvelser for 16-19 årige og 4 forsøg for 12-15 årige (regel gældende for indledende runde). Samme spring- og kasterækkefølge bevares gennem hele konkurrencen, det vil sige at der ikke foretages omseedning efter 3. runde.

Starthøjder i højde- og stangspring er frie. Springintervallerne i højdespring følger B&U bestemmelserne §12.8.22.2 og springintervallerne i stangspring følger §12.8.24.4

Tidsskema

Start kl. 10.00. Afviklingen foregår efter det vejledende tidsskema i B&U bestemmelserne §12.11.26. På Ballerup Atletik Stadion foregår alt kast på stadion så tiderne er tilrettet for kast da diskos og hammer foregår i samme kastering. Tidsskemaet er også tilrettet for kvinder 16-19 år med starttider for hammerkast og stangspring. Et vejledende tidsskema for afviklingen på Ballerup Stadion er vedlagt. Det endelige tidsskema udsendes ugen op til stævnet og vil blive offentliggjort på www.ballerup-ak.dk.

Vejledende tidsskema DM 12-15-årige hold & DM junior hold

Kl.	Piger 12-15 år	Drenge 12-15 år	Kvinder 16-19 år	Mænd 16-19 år
10.00	80 m hæk	stangspring hammerkast	højdespring	kuglestød længdespring
10.15	spydkast	100 m hæk	100 m hæk	110 m hæk
10.30				
10.45				
11.00	100 m	længdespring	kuglestød	hammerkast
11.15	højdespring	100 m	100 m	stangspring 100 m
11.30	spydkast	100 m		
11.45				
12.00	hammerkast	3.000 m	længdespring	højdespring
12.05	3.000 m		5.000 m	
12.25	3.000 m			
12.45				
13.00	længdespring	kuglestød	hammerkast	spydkast
13.15	stangspring diskoskast	300 m højdespring		5.000 m
13.30				
13.45				
14.00	300 m	diskoskast	spydkast 400 m	trespring
14.15	kuglestød			
14.30				
15.00	800 m	800 m	stangspring	1.500 m diskoskast
15.15	4 x 100 m stafet		diskoskast	
15.35			1.500 m	
15.50			1.500 m	
15.55			diskoskast	
16.15	4 x 100 m stafet	4 x 100 m stafet	4 x 100 m stafet	4 x 100 m stafet
16.30	4 x 100 m stafet			
16.40				
16.55				

Note: Ovenstående tidsskema blev anvendt ved DMU Hold finalen 2016. Afviklingen må forventes at blive længere pga. flere deltagende hold i indledende runde.