



## Indbydelse Åbne inde Danske Mesterskaber 2019 for Master 2.-3. februar

Indbydelse til Åbne inde Danske Mesterskaber 2019 for Master 2.-3. februar 2019, Randers Atletikhal – Langvang Idrætscenter, Mariagervej 182, 8930 Randers NØ

Randers Freja Atletik er glade og stolte over, atter at kunne byde velkommen til DM for Master. Mesterskaberne 2019, indendørs vil for 3. gang blive afviklet i vores flotte atletikhal.

Vi håber, at rigtig mange af dansk atletiks Master atleter, vil lægge turen forbi Randers, således at hallen vil komme til at emme af god atletik. Rammerne er atter sat til et godt stævne med forhåbentlig mange gode resultater.

- Tilmelding **skal** ske klubvis og senest søndag den 20. januar 2019 til Lars Sølvsten-Dahl
- E-mail: [tilmelding@randersfrejaatletik.dk](mailto:tilmelding@randersfrejaatletik.dk)
- Leder af stævnekontor: Lars Sølvsten-Dahl. Mobil 53721490
- Stævneleder: Carlo Regnarson.
- Alle oplysninger om stævnet vil kunne findes på vores hjemmeside: [www.Randersfreja.dk](http://www.Randersfreja.dk)
- Startpenge: I henhold til DAF's satser
- Tidsskema: **Et vejledende tidsskema** vil være tilgængeligt på vores hjemmeside
- Øvelser master: 60 hæk – 60m – 400m – 1.500m – Stang - Trespring – Kugle- 200m – 800m – 3.000m - Længde - Højde
- Starthøjde for stangspring angives ved tilmelding.
- Hvis vejret tillader det, så står Masterkomite for udendørs kast, hammer og vægt den ene dag og diskos den anden dag. Øvelserne er ikke medaljeøvelser.
- Husk at masteratleter skal tilmeldes både i individuel og i mangelkamp, såfremt der ønskes deltagelse.
- Info: Program, praktiske oplysninger og startlister vil løbende blive offentliggjort på vores hjemmeside: [www.randersfreja.dk](http://www.randersfreja.dk)



### 3. halvleg fest og hygge

Tradition tro indbydes der til 3. halvleg for master og mangekæmpere med fællesspisning og hygge i lokalerne ved Atletikstadion med start kl. 19.00.

Tilmelding foretages klubvis og samtidig med tilmelding til stævnet senest søndag den 20. januar.

Der vil blive serveret en lækker buffet med kolde og lune retter. Prisen er kr. 200,- incl. velkomstdrink. Drikkevarer købes på stedet og til favorable priser.

Beløbet indbetales på mobilpay 80942. Skriv navn og 3. halvleg