

Ballerup Atletik Klub og Dansk Atletik inviterer hermed til Danske Mesterskaber for Masters.

Udenlandske deltagere er velkommen til at deltage i mesterskaberne uden for konkurrence. Udenlandske deltagere kan ikke tage pladser fra danskere i finaler.

Sted: Ballerup Atletik Stadion, Marbækvej 10, 2750 Ballerup

Øvelser

Fredag 26.8, start kl. 18:00	Lørdag 27.8, start kl. 12:00	Søndag 28.8, start kl. 10:00
10.000 m M/K (der er ikke holdkonkurrence ved dette løb)	100 m, 400 m, 1.500 m, forhindringsløb, kort hæk, stangspring, længdespring, spydkast, hammerkast, vægtekast, 3.000 m kapgang og 1.000 m stafet	200 m, 800 m, 5.000 m, lang hæk, højdespring, 3-spring, diskoskast, og kuglestød

Tidsskema: Foreløbigt tidsskema offentliggøres på vores hjemmeside www.ballerup-ak.dk. Øvelserne starter kl. 18:00 fredag, 12:00 lørdag og 10:00 søndag. Det endelige tidsskema offentliggøres den 17. august på hjemmesiden.

Tilmelding: Tilmeldingen skal ske klubvis og tilmeldingsarket på hjemmesiden skal bruges. Tilmeldinger skal indeholde oplysning om fødselsår, aldersgruppe, øvelser, årsbedste, klub og kontaktperson, som er ansvarlig for betaling af startgebyr. Tilmelding sendes senest den **7. august 2022** til Ulrich Engmark e-mail: uengmark@gmail.com

Startgebyr: 150 kr. pr. øvelse (21 euro), Stafehold 200 kr. pr hold (27 euro). Udenlandske deltagere betaler startgebyr i sekretariatet ved ankomst til stadion. De der ikke sender i samlet klub tilmelding skal indbetale på reg. 2279 – 3061 718 671 (Nordea) og kvittering skal fremvises på dagen når man kommer. Ellers ingen start ret.

Efteranmeldelse: Frem til 72 timer før tirsdag den 23. august kl. 18:00 - mod 2x startpenge.

Fællesspisning lørdag: Der vil blive arrangeret fællesspisning i *Fridrætten* (lige ved stadion), lørdag efter stævnet, efter først til mølle-princippet. Spisningen til masters er 200,- kr. (27 euro) for buffet med 3 forskellige kød med kartofler og salater samt dessert. Er du vegetar klarer vi også det.

Man kan købe drikkevarer øl-vin og sodavand til maden. - Detaljeret information kommer på hjemmesiden.

Overnatning:

Zleep Hotel Ballerup Marbækvej 6, Ballerup, DK-2750, Danmark	Hotel Lautrup Park Borupvang 2 2750 Ballerup
--	---

Kontakt til Master Komitéen: Knud Høyer, tlf. +45 20864630, mail knudhoeyer@gmail.com