



**Dansk Atletik Forbund og Blovstrød Løverne
indbyder til
Østdanske mesterskaber i cross for ungdom**



Tid:

Søndag d. 1. november 2009 kl. 12.00-14.00

Sted:

Blovstrød Stadion, Sandholmgårdsvej 29, Blovstrød, 3450 Allerød.
NB: **Ikke** samme sted som i 2008.

Der er omklædning, toiletter og cafeteria ved start/mål.
Flere toiletter og omklædningsrum ved Blovstrødhallen.

Klasser:

Piger og drenge 0-11 år, 12-13 år, 14-15 år, 16-17 år og 18-19 år.
Der er holdløb i alle klasser (3 løbere pr. hold).

I holdløb kan en forening supplere et hold med en eller flere deltagere fra yngre aldersgrupper.

Distancer:

2 km for 0-11 år.

4 km for 12-13 år, 14-15 år, 16-17 år og 18-19 år.

Rute:

2 km: 2 x 1,0 km rute på fodboldstadion og i skoven

4 km: Startrunde på fodboldstadion plus 2 x 1,9 km rute i skoven

Foreløbig tidsplan:

Kl. 12.00: Piger og drenge 0-11 år – 2 km.

Kl. 12.20: Piger og drenge 12-13 år – 4 km

Kl. 12.50: Piger 14-19 år – 4 km (sammen med DAF junior VT).

Kl. 13.20: Drenge 14-19 år – 4 km (sammen med DAF junior VT).

Præmier:

DAF medaljer til nr. 1, 2 og 3 i hver klasse individuelt og for hold.

Tilmelding og yderlig information:

Tilmelding senest søndag d. 25 oktober til:

Per le Fevre, Tlf. 23 35 66 58. E-mail: plf@email.dk

Tilmeldingen skal indeholde: Navn, klub, årgang og evt. hold.

Rutekort, startlister mm. kommer på www.blovstrod-loverne.dk

Startgebyrer:

Startgebyrer ifølge DAFs takster.

Startgebyrer opkræves efterfølgende hos klubberne.

Eftertilmelding senest 72 timer før start mod 5 x startpenge

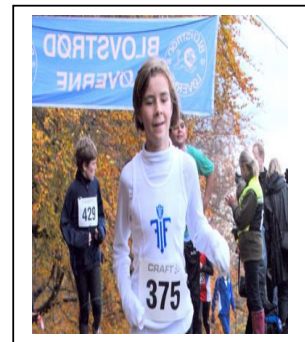
Startnumre:

Udleveres fra kl. 10.30 ved start.

DAFs Vinterturnering:

Kl. 14.00 afholdes DAFs vinterturnering med 5 km cross for kvinder

Kl. 14.30 afholdes DAFs vinterturnering med 8 km cross for mænd



Frugt og vand er
sponseret af:

Kvickly