



# Danish Masters open

31. Aug – 1. Sep 2024

**Esbjerg Atletik og Motion og Dansk Atletik inviterer hermed til**

## **De Danske Mesterskaber for Masters Atleter.**

**Sted: Esbjerg Atletik & Motion, Gl. Vardevej 84, 6700 Esbjerg**

### **Øvelser:**

Lørdag 31.08, start kl. 12:00	Søndag 01.09, start kl. 10:00
100 m, 400 m, 1.500 m, forhindringsløb, kort hæk, stangspring, længdespring, spydkast, hammerkast, vægtekast, 3.000 m kapgang, 1.000 m stafet, <b>NY FORSØG ØVELSE TIL DM 4x100m stafet</b>	200 m, 800 m, 5.000 m, lang hæk, højdespring, 3-spring, diskoskast, kuglestød <b>NY FORSØG ØVELSE TIL DM 4x400m stafet</b>

**10.000 meter indgår ikke i Mesterskabet, da det allerede er afviklet i Allerød**

**Tilmelding:** Skal ske via Roster, senest d.23. aug. (sen tilmelding kan forekomme, dog til 2 x takst). Vejledning til tilmelding er på side 2

**Startgebyr:** 165 kr. pr. øvelse (22,12 euro), Stafethold 200 kr. pr hold (27 euro). Udenlandske deltagere betaler startgebyr i Roster.

**Fællesspisning lørdag:** Der vil blive arrangeret fællesspisning i (som det ser ud nu) i klubhuset på Gl. Vardevej 84 lørdag efter stævnet. Det kommer til at foregå som først til mølle inde i klubhuset, og der vil blive sat pavilloner op udendørs. Pris: 200 kr.

HUSK at indbetale 200 kr. til spisning til lørdag aften på MobilePay 273736 – angiv navn og klub. TAK.

Man kan købe drikkevarer øl-vin og sodavand til maden i klubhuset.

OBS. OBS. OBS.

*For at fremme danskernes deltagelse i stafetterne ved de internationale mesterskaber, laves der et forsøg med 4x100m stafet lørdag og 4x400 Søndag. Her er det tilladt at stille hold*

*med deltagere fra flere klubber enten som M eller K (ikke mixhold M/K) . Der kan ikke sættes danske rekorder i denne nye øvelse til DM, kun danske bedstenoteringer. Ved tilmelding skal den holdansvarlige angive, hvilken aldersgruppe, der løbes i. 1000 m stafetter er kun for rene klubhold: M eller K. Også her skal klubben angive, hvilken aldersgruppe der startes i.*

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

**Udenlandske deltagere kan ikke få medaljer. Foreign participants cannot get medals.**

Vi glæder os, at se jer til stævnet.

Med sportslig hilsen

Esbjerg Atletik og Motion

#### **Vejledning til tilmelding via Roster**

- 1: Find siden <https://meets.rosteratletics.com>
- 2: Søg: DM Masters Esbjerg
- 3: Tryk på se mere
- 4: Tryk på Tilmelding
- 5: Log ind eller opret konto og derefter log ind
- 6: Find dit navn
- 7: Vælg øvelser
- 8: Tryk derefter tilmeld
- 9: Betal med kort