

IFK Inlinere

International

Outdoor Criterium 2010



den 22. - 23. maj 2010
i Næstved

www.ifkinlinere.dk

- Løb for alle klasser, begyndere, øvede og elite
- Prøv banen fredag aften
- 300 meter vejbane fra 2006
- Mulighed for at købe mad under stævnet
- Lotteri

Tilmelding senest
Torsdag, den 6. maj 2010
til turneringsudvalg@drsu-fitness-speed.dk

International Outdoor 2010

Lørdag den 22. og søndag den 23. maj i Næstved

IFK Inlinere inviterer til vor fjerde internationale udendørs løb på
300 meter vejbane.

Der bliver kørt stævne i klasserne A, B og C.

Program: Vejledende program:

Lørdag.

08.00 Opvarmning på banen.

08.55 Opstilling af løbere til første start.

09.00 Stævnet starter

13.00 Frokostpause for officials.

13.30 Stævnet fortsætter

18.00 Slut for lørdag

Søndag.

08.00 Opvarmning på banen.

08.55 Opstilling af løbere til start.

09.00 Stævnet fortsætter

12.00 Frokostpause for officials.

12.30 Stævnet fortsætter

16.00 Slut

For overholdelse af dette tidsprogram er det meget vigtigt, at klubberne møder med
HOLDLEDERE, der har forståelse for, at deres løbere skal være klar til tiden. Se punktet
OPVARMNING.

Aldersklasser og distancer: Klasse A and B

Micro (- 7 år)	300m linie, 500m linie, 800m linie, 1000 linie
Mini (8-9 år)	500m linie, 1000m linie, 1200m linie, 1500 linie, 2000m stafet
Maxi (10-11 år)	1000m linie, 1500m linie, 2000m linie, 3000 linie, 3000m stafet
Ungdom (12-13 år)	1000m linie, 3000m linie, 3000m point, 5000 udskil., 3000m stafet
Kadet (14-15 år)	1000m linie, 5000m linie, 5000m point, 10000 udskil., 5000m stafet
Junior (16-17 år)	500m sprint, 1500m linie, 10.000m point, 20.000 uds., 10.000m stafet
Senior (18+ år)	500m sprint, 1500m linie, 10.000m point, 20.000 uds., 10.000m stafet
AK30 (30-39 år)	500m sprint, 1500m linie, 10.000m point, 20.000 uds., 10.000m stafet
AK40 (40-49 år)	500m sprint, 1500m linie, 10.000m point, 20.000 uds., 10.000m stafet
AK50 (50+ år)	500m sprint, 1500m linie, 10.000m point, 20.000 uds., 10.000m stafet

Klasse C

Lilleput (- 5)	50m linie, 100m linie, 200 linie
Micro (6-7 år)	100m linie, 300m linie, 500 linie
Mini (8-9 år)	300m linie, 500m linie, 1000 linie
Maxi (10-11 år)	500m linie, 1000m linie, 1500 linie
Ungdom(12-13 år)	500m linie, 1000m linie, 1500 linie
Kadet (14-15 år)	500m linie, 2000 linie, 3000m linie
Junior (16-17 år)	500m sprint, 3000m point, 5000 uds., 3000m stafet
Senior (18+ år)	500m sprint, 3000m point, 5000 uds., 3000m stafet
AK30 (30-39 år)	500m sprint, 3000m point, 5000 uds., 3000m stafet
AK40 (40-49 år)	500m sprint, 3000m point, 5000 uds., 3000m stafet
AK50 (50+ år)	500m sprint, 3000m point, 5000 uds., 3000m stafet

Klasse C kører kun lørdag. Vi vil forsøge at minimere tiden de små løbere i C klassen skal være om at gennemføre alle deres løb. C klassen vil blive forsøgt afholdt så hurtigt som muligt med præmieoverrækkelse hen over lørdagen.

Afhængig af antal deltagere forbeholder IFK Inlinere sig ret til at ændre programmet.

Reglement: Stævnet følger det danske regelment, konkurrence på vej, der kan hentes på www.dkrul.dk.

Holdleder og dommere: Alle klubber skal ved tilmelding angive en holdleder, der ikke må være løber, samt dommere og dommerhjælpere i henhold til det danske regelment.

Opvarmning: Løberne skal holde sig klar i det anviste samlingsområde ved starten af sidste løb før de skal på banen. Der varmes op i samlingsområdet. Der må under ingen omstændigheder varmes op på banen under løb.

Aldersklasser og afvikling: Aldersklasser kan løbsmæssigt blive afviklet sammen af tidsmæssige grunde, også selv om der er mere end 6 tilmeldte. Løberne vil til og med ungdom blive præmieret i egen klasse. Skæringsdato er 1. januar 2010. Fylder du f.eks. først 14 i december 2010, kører du alligevel som Kadet hele året.

Stævnepræmier: Placeringsmedaljer i A, B og C klassen, og deltagermedaljer til ALLE andre til og med Ungdom.

Priser: 175 kr. for A og B Klasse.
150 kr. for micro og mini i A og B Klasse
100 kr. for C Klasse.

**BEMÆRK
PRISEN**

Løbstilmelding: Tilmelding klubvis **senest torsdag den 6. maj 2010**. Tilmelding skal foretages på standard regneark fra DRsU, se også www.dkrul.dk
(Tilmeldinger efter den 9. maj godtages ikke).
Sendes til:
turneringsudvalg@drsu-fitness-speed.dk

Betaling: Al betaling sker klubvis **senest torsdag den 6. maj 2010 til kontonr. Spar Nord 9819 4571153411**

Adresser: Banen ligger på den gamle kasserne, Gardehusarvej, DK-4700 Næstved.

Overnatning: Vandrehjemmet, Danhostel, Præstøvej 65, 4700 Næstved . Tlf. +45 55 72 20 91.

Trafikforhold: Tog mod københavn og Jylland ca. en gang i timen.
Taxi fra banegården til banen koster ca. 60 kr.

Baneforhold: Banen er med god asfalt, der kun er 4 år gammel og er 300 meter.

Omklædning: Der er omklædning med bad og toiletter,

Bespisning: Se næste side.

Yderligere information: For yderligere information kontakt Kim Hartz, Thit Jensens Vej 10, DK-4700 Næstved.
E-mail: kimhartz@stofanet.dk. Se også *hjemmesiden* ; www.ifkinlinere.dk

Husk: HJELM er påbudt så snart man har rulleskøjter på.

