



Throws 4. afdeling – 17. august 2024

Beskrivelse: Velkommen til Throws 4. afdeling og sidste runde i serien. Randers Freja Atletik og Motion ser frem til at have alle Danmarks kastere til en dag fyldt med spænding og vilde præstationer.

Se stillingen og tidligere arrangementer for Throws kasteserien på <https://www.throws.dk/>.

Sted: Langvang Atletikstadion/Ildrætscenter, Mariagervej 182, 8920 Randers NV

Discipliner for aldersgrupperne:

Senior Kugle, Spydkast, Hammerkast og Diskoskast

D19, D17 og P17 Kugle, Spydkast, Hammerkast og Diskoskast

Deltagergebyr: 150.- kr. ved første øvelse og derefter 75.- kr. per øvelse atleten vil deltage i.

Tilmeldingsfrist: *Senest midnat den 11. august.*

Tilmelding skal ske via Roster [her](#). Deltagelse er først accepteret ved betaling. Tilmelding efter tidsfrist kan være muligt indtil den 13. august midnat. Ved eftertilmelding betales dobbelt deltagergebyr.

Program: Lørdag - Stævnestart kl. 14:00

Konkurrence:

Til afdelingen gives der placeringspoint mellem kastedisciplinerne ud fra WA pointtabel i hhv. M og K. Resultatet med højst score gives 10p, næst højst 8p og tredje højst 6p og så 5, 4, 3, 2, 1 for de resterende scorere for hhv. M og K. En disciplingruppe kan således maksimalt opnå 78p pr. afdeling.

Den samlede sejr i THROWS gives til 3 M og 3 K, der har lavet flest point indenfor samme kastedisciplin, der samlet har lavet flest point i de 4 afdelinger. Dette vil afgøres efter dagens sidste øvelse afvikles.

Ift. seniorkonkurrencerne:

Der gives 3 kast til alle deltagere plus 3 kast til de 8 bedst placerede i hver øvelse.

Vejledende tidsskema findes på næste side. Ændret tidsskema kan ses på [Randersfreja.dk](https://www.randersfreja.dk) hjemmeside og i Roster.

Bemærk: Under dette stævne vil der blive taget billeder. Materialet vil blive anvendt på vores hjemmeside, Facebook og evt. sendt til de lokale aviser. Rent legalt betyder det: Ved at deltage i dette stævne, hvad enten det er som atlet, træner, tilskuer eller andet, giver du dit samtykke til, at arrangøren kan tage, videregive og modtage billeder af dig, uden at nogen parter kompenseres herfor. Arrangøren har ret til at offentliggøre optaget materiale selv eller gennem en tredjepart. Optagelsen forventes at være af en karakter, som ikke vil indeholde følsomme personoplysninger (som defineret i Databeskyttelsesforordningen).



Vejledende tidsskema

Throws 4. afdeling

17-08-2024

**Alt efter antal deltagere vil tidsskemaet kunne blive længere, men rækkefølgen fastholdes*

Tidspunkt\Øvelse	Kuglestød	Spydkast	Diskoskast	Hammerkast
14:00	Kvinder			Mænd
15:00	Mænd			Kvinder
16:00		Kvinder		
17:00			Mænd	
18:00			Kvinder	
19:00		Mænd		