

4-KAMPSTÆVNE I TREKANTEN

Fægteklubben Trekanten indbyder hermed til 4-kamp stævne

Lørdag d. 20. marts 2010

i København.

Konkurrencen er åbent for alle. Der vil blive inddelt i følgende aldersklasser:

Ungdom E+D (12 år og yngre):	Fægter med minikårde, skyder med to hænder og støtte. 50m fri svømning.
Ungdom C+B (13 - 16 år):	100m fri svømning.
Ungdom A + Juniorer + Senior (+ 17 år):	200m fri svømning.
Masters (+ 30 år):	100m fri svømning.

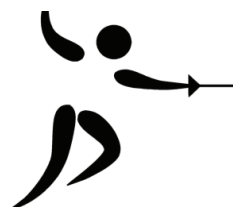


PROGRAM

8.00-9.00

Svømning

Opvarmning og omklædning til 8.30. Første heat starter 8.30.
Sted: Vesterbro svømmehal, Angelgade 4, København V.



10.00-12.30

Fægtning

Opvarmning til kl. 10.30. Herefter fægter vi alle mod alle.
Sted: Fægteklubben Trekanten, Ryparkens Idrætsanlæg.

12.30

Frokost

Sted: Fægteklubben Trekanten, Ryparkens Idrætsanlæg,
Lyngbyvej 110, 2100 København Ø.



14.00-15.30

Combined (Skydning og løb)

Sted: Ryparkens Idrætsanlæg,
Lyngbyvej 110, 2100 København Ø.
Opvarmning til kl. 14.30.



18.00

Præmieoverrækkelse

Tilmelding senest søndag d. 14. marts til Signe Hertzum (sh@trekanten.org). Husk at angive alder, svømmetid, samt hvorvidt to deltagere skal skyde med samme pistol. Startgebyr er 50 kr. som betales kontant på dagen.

Med venlig hilsen
Fægteklubben Trekanten