



DSF og Sportshøjskolen inviterer til DM Bænkpres 2015

Dato: 28.-29. november 2015

Sted: SPH-Gym, Hjulmagervej 28A, 9000 Aalborg

Tilmelding: Senest lørdag d. 7. november 2015 via onlinetilmeldingen på www.styrke.dk.
Ved tilmelding oplyses: Forening, løfters navn, licensnr., vægtklasse samt kategori (aldersgruppe). Eftertilmelding er *ikke* muligt.
Der gøres opmærksom på, at tilmelding er bindende, og at licens skal betales, selv om man senere melder fra til stævnet.

Startgebyr: 300 kr. senest 14. november 2015 som indbetales på reg. nr.: 9280 kontonummer: 4562961440

Licens: Forbundet opkræver licens efter gældende regler.

Indvejning og stævnestart:

Lørdag 28. november 2015: Alle seniorer. Indvejning kl. 10.00. **Start** kl. 12.00.

Søndag 29. november 2015: Sub-juniorer, juniorer og masters. Indvejning kl. 10.00. **Start** kl. 12.00.

Arrangøren forbeholder sig ret til at foretage ændringer i ovenstående program. Endelig plan følger, når tilmeldingsfristen er udløbet.

Årsafgift: Klubberne skal betale årsafgift kr. 1.000,- inden 1. januar på konto: 4784 11057705.

NB! Hvis en løfter ønsker at løfte RAW i et udstyrsstævne, skal dette meddeles allerede ved tilmeldingen.

Yderligere information: Gorm Rasmussen, tlf. nr. 2812 6211

Vi glæder os til at se jer!

DSF og Sportshøjskolen ønsker alle et godt stævne.



Overnatning: Der er mulighed for at leje lejligheder på Aalborg Sportshøjskole, Annebergvej 55, 9000 Aalborg.

	1 døgn	efterfølg. døgn
Lejlighed til 1 person incl. linned, håndklæder og morgenmad	432 kr. pr. døgn	372 kr.
Lejlighed til 2 person incl. linned, håndklæder og morgenmad	518 kr. pr. døgn	435 kr.
Lejlighed til 3 person incl. linned, håndklæder og morgenmad	604 kr. pr. døgn	484 kr.
Lejlighed til 4 person incl. linned, håndklæder og morgenmad	690 kr. pr. døgn	540 kr.
Lejlighed til 5 person incl. linned, håndklæder og morgenmad	777 kr. pr. døgn	597 kr.

Afrejse inden 10.00.

For booking af lejligheder kontaktes Aalborg Sportshøjskole på tlf. nr. 9813 1311. Booking foregår efter først til mølle-princippet.