

ÄLGLÖPET

15:e april 2012

Rydö ASK välkomnar till fjärde upplagan av succén Älglöpet, som kommer att äga rum den 15 april 2012.

Vi springer på den tuffa, kuperade och ibland smala banan runt sjön som mäter 5250m.

Vi kommer att ha vätskekontroll vid 2,5 och 7,5km samt vid 5km och i mål.

Alla får en älglöpetmedalj och de tre bästa i varje klass får ett specialdesignat pris.

Dusch och ombyte finns i begränsade möjligheter. Det går bra att bada i sjön.

Klasser

1. Damer 5km 80kr
2. Damer 10km 100kr
3. Herrar 5km 80kr
4. Herrar 10km 100kr
5. F-16 och yngre 5km 50kr
6. P-16 och yngre 5km 50 kr

Starten går klockan 11:00 för 5km, 11:20 för 10km

Startavgiften betalas in på bg 745-0562 senast den 9 april. Anmälan efter den 9e görs på tävlingsdagen mot en extra avgift på 40kr i klass 2 och 4, samt 20kr i de övriga klasser.

Anmälan görs till info@rydoask.se. Ange ert namn, klass, klubb, stad/by.

Nummerlappar finns att hämta ut på tävlingsdagen från klockan 09:00.

Tävlingsplatsen, Skärshultscamping
ligger mellan Hyltebruk och Smålandstenar utmed väg 26.

Obs. tidigare ingick fika i startavgiften men inte i år.

Det kommer finnas någon form av servering.

Allt deltagande sker på egen risk, Svenska Friidrottsförbundets regler gäller.

Besök oss gärna på www.rydoask.se

