

LOK:s ungdomar i orange grupp bjuder in till:

Föräldratävlingen

Tisdag 4 juni 2019



Samling och TC: LOK-gården

Parkering: I anslutning till TC. LOK-gårdens asfaltsplan. OBS! Finns ett begränsat antal platser. I annat fall finns gott om parkering vid Vidingsjö Motionscentrum.

Banor:

Vit	Ca. 2 km
Gul	Ca. 3 km
Orange	Ca. 4 km

Anmälan: Anmälan sker på LOK:s hemsida. Det går även att maila till tina.lindgren@gmail.com om man saknar inloggning till hemsidan. Det är ingen anmälningsavgift. Anmälningsstopp är fredagen den 31/5.

Stämpling: Sportident. Det finns brickor på plats att låna.

Start: Det är fri starttid för alla klasser kl. 18.00-19.00. Avstånd till start är ca. 600 meter.

Karta: Vidingsjö skala 1:10 000. Ekvidistans 5 m.

Terräng: Ett mycket stigrikt område med till mestadels god framkomlighet. Kuperingen är svag till måttlig.

Service: I LOK-gården finns både dusch och toalett samt fika att köpa efter duschen.

Tävlingsledare: Stina Söderqvist

Kontaktperson: Tina Lindgren; tina.lindgren@gmail.com

Banläggare:

Vit bana: Alva Forsman, Sigrid Forsman

Gul bana: Vilgot Elnegård, Theo Årbrink

Orange bana: Otto Nilsson och Arvid Roth.

Tävlingen är skapad för föräldrar, men alla som är intresserade av att springa får det självklart. Hoppas att det blir en kul kväll i skogen med många löpare!

Välkomna!