



Fjugesta IF inbjuder till 5:e upplagan av:



Fjugestalloppet

Torsdag 24 maj – start och mål på Sannabadet



Häng med i ett lokalproducerat motionslopp som passar för alla åldrar – gå lunka eller löp. Vi gör det tillsammans!

Nytt för i år är Fjugestalloppet Trail som passar dig som vill ha en extra utmaning.

Banor: 5 km på grusvägar i Kälkestaområdet med vätskekontroll. 1,5 km och knatteloppet på gräs inne på Sannabadet. **Fjugestalloppet Trail** sträcker sig över 15 km och är delvis krävande med både mer teknisk och kuperad löpning i vackra Leke-bergslag.

Nummerlappar: Hämtas på OKQ8 i Fjugesta från 22 april och från kl. 15:00 på Sannabadet.

Starttider/sträckor		Startavgift
200 m kl 17:15	Knattar 0-7 år	20 kr
1,5 km kl. 17:30	Pojkar/Flickor 6 -13 år	50 kr
15 km trail kl 18:00	Motion herr o dam	200 kr
5 km kl. 18:30	Tävling herrar*	150 kr
	Tävling damer*	150 kr
	Motion herr o dam	150 kr
	Pojkar/Flickor -15 år	80 kr

Anmälan:

Senast torsdag 17 maj genom att sätta in startavgiften på Fjugesta IF:s bg 5698-6888. Ange namn, klass, klubb eller ev. lag. Komplettera via e-post friddrott@fjugestaif.se vid behov. Knattar anmäls på plats.

*Tävlingsklassen 5 km:

- Ingår i Långloppscupen
- Löpare ska representera förening ansluten till Svenska friidrottsförb.

Efteranmälan: Fram till 1 timma före start mot 100 kr tillägg (dubbel avgift -15 år). Betalas kontant eller med Swish.

Lag (5 km): Gå ihop fyra grannar, arbetskompisar etc och bilda lag. Ni får en fikapåse efter loppet! Ej vid efteranmälan.

Bad: Fritt bad om poolerna är redo.

Försäljning: Sannabadets kiosk o servering är öppen.

Priser: Medalj till alla fullföljande. Hederspriser till de främsta i tävlingsklasserna, utlotning bland alla andra.

Resultatlistor anslås efter tävlingen. Resultatlistan läggs också ut på Internet.

Mer info: på www.laget.se/Fjugestalloppet, via **epost:** friddrott@fjugestaif.se eller via telefon, Jonatan, 073-039 60 91 eller Kent, 070-593 02 82.

Välkomna!