

# LFIF sommaravslutning den 17 juni 2026

<b>Heat 1</b>	<b>Bana</b>	<b>Heat 2</b>	<b>Bana</b>	<b>Heat 3</b>	<b>Bana</b>
Thindra Jaxe	1	Axel Lundberg	1	Sanna Karlberg	1
Tova Lindbäck	1	William Ek	1	Alva Sundström	1
Emmy Erlandsson	1	Iris Öhman	1	Albert Mohlin	1
Albin Löfgren	1	Nadia Kadi	1	Jens Palo	1
Gustaf Gustafsson	2	Edvin Gustafsson	2	Lennox Jakobsson	2
Bastian Höller	2	Elmina Palo	2	Anja Wennberg	2
Anton Strömberg	2	Elias Ek	2	Ebba Palo	2
Erik Astermo	2	Charlie Nyström	2	Petra Wännelöf	2
Peter Johansson	3	Emma Astermo	3	Esther Mohlin	3
Mira Åberg	3	Nikki Wikström	3	Rasmus Ek	3
Elias Wikström	3	Arvid Sundström	3	Olof Lahdenperä	3
Carl Nilsson	3	Josefine Nyström	3	Anders Wikström	3
Helena Astermo	4	Ronja Eliasson	4	Agnes Johansson	4
Lars Persson	4	Elton Utterström	4	Jack Sieppi	4
Noel Johansson	4	Wilmer Wallin	4	Samuel Ek	4
Stella Wikström	4	Emma Andersson	4	Petra Elliasson	4
Sofia Lundberg	5	Ofelia Wikström	5	Hedda Lahdenperä	5
Måns Lundberg	5	Luca Kadi	5	Anouk Kadi	5
Anton Lundberg	5	Iris Sieppi	5	Casper Karlberg	5
Vakant	5	Mikael Ek	5	Anna Ek	5
Klas Strömberg	6	Ebba Johansson	6		
Jonas Johansson	6	Cleo Nyström	6		
Vilma Sondermann	6	Hanna Astermo	6		
Elvira Avergren	6	Emma Sundström	6		

Vi samlas och delar in oss i de olika lagen.

Märker vi att det saknas deltagare i ett eller flera lag får vi fördela om allt utse löpare som springer dubbelt.

Lagen delar upp sig och skickar en löpare var till varje hörn av banan för uppvärmning.

Uppvärmning med: Löpskolning, stegringslopp och Idioten-stafett

Lag 1 i heat 1 ansvarar för att sätta ut växlingsmarkeringar och häckar.

När vi har värmt upp färdigt så kör vi igång med heat 1!