



Göinge Spring! Hässleholm 2023-09-30

Vi bjuder in till en dag i löpningens tecken!
Spring en snabb mil eller halvmaran, eller testa ett terränglopp. Alla lopp startar kl.11.00 och är öppna för alla men ett syfte är att ge alla som är 35 år eller äldre möjligheten att testa på distanserna som finns på veteran VM i Göteborg 2024. Läs mer på laget.se/Freeflow & isgotafriidrott.se

 *Spring i Skåne*  **spring** 

Göinge Spring 2023 i Hässleholm!

Vi bjuder in till höstens skönaste löparfest med snabba och trevliga banor i underbar miljö. Bakgrunden är att vi vill inspirera alla som springer, att vara med på veteran-VM i Göteborg i augusti 2024. Vid ett veteran-VM kan alla som fyllt 35 år vara med. Det krävs enbart att man är med i en förening som är ansluten till friidrottsförbundet. Vi har även en klubb som ni kan bli medlemmar i 2024 om ni inte har någon lämplig löparklubb på er ort: Spring i Skåne. Loppet är förstås öppna även för icke-veteraner!

På [veteran-VM 2024](#) finns ett arenaprogram med löpningar från korta lopp från 100 och upp till 5 000 meter, dessutom arrangerar man lopp utanför arenan: 10 kilometer landsväg, halvmaraton och 4 eller 8 kilometer terräng.



Hässleholm Freeflow Athletic Club, IS Göta Helsingborg & Spring i Skåne erbjuder er att testa grenarna utanför arenan på Höstracet, som vi benämner som ett FÖR-VM.

När: 30 september med start 11:00 (barnloppet 14:00). Loppen startar samtidigt och har mål på samma ställe.

Var: [Hässleholmsgården](#) i Hässleholm

Vad: Du kan välja på 10 km eller halvmaraton på en snabb landsvägsbana, banan är kontrollmätt. Det finns även 4 eller 8 km terräng. För barn under 13 år ordnar ett lopp på 2 km helt gratis, utan föransmälan.

Startavgift: Föransmälan 150kr. I anmälningsavgiften ingår det ett [magasin Spring](#) eller en bok av Åke Högman, 1976. Värde 89:-. Efter målgång bjuder vi även på fika och lottar ut priser.

Anmälan: [Här!](#) (*Swish / stor bild*) Senast 22 september, sedan på plats för 200kr.

Resultat: Publiceras på [Hässleholm Freeflows sida](#) och på denna sida (isgotafriidrott.se)

Omklädning: Finns på Hässleholmsgården.

Info: bg.nilensjo@springlfa.se, freeflowtommy@gmail.com

Banan: [Läs mer här.](#)

Välkomna!

[Hässleholm Freeflow, IS Göta](#) och Spring i Skåne

