

Välkommen till Göinge Spring 30 september 2023!

Vi välkomnar dig till vackra Hässleholmsgården där vi bjuder på fyra olika tävlingsdistanser, alla fyra finns sedan som alternativ vid veteran VM i Göteborg 2024. Det är 4 och 8 kilometer terräng, 10 kilometer och en halvmara på landsväg. Banorna är kontrollmäta och loppet är sanktionerat så de ger dig officiella tider. Du kan läsa mer om banorna här: <https://isgotafriidrott.se/goinge-spring-2023-banorna/>

Klasser: Både motion, barn och tävlingsklasser, för mera info se; <https://isgotafriidrott.se/goinge-spring-2023-i-hassleholm/>

För deltagande i tävlingsklass krävs medlemskap i förening ansluten till Svenska Friidrottsförbundet eller annat lands motsvarighet.

Nummerlapp: Skall bäras på bröstet. Nummerlappar med chip hämtas vid Hässleholmsgården från kl. 09:15 fram till kl.10:30 på tävlingsdagen.

Starttid: Start kl.11:00 för alla. Kl.14:00 har vi ett barnlopp för barn under 13 år, ingen föranmälan och ingen kostnad, bara 1 kilometer njutning.

Vätska: Kommer finnas vid var femte kilometer på landsvägsloppen och vid målet där vi även bjuder på lite fika.

Priser: Priser lottas ut bland alla deltagare, dessutom får man ett magasin Spring eller boken 1976 av Åke Högman, värde 89:-

Efteranmälan: Kan göras mellan 09.15 och 10.30.

Omklädning/toaletter: Finns vid Hässleholmsgården.

Resultat: Resultaten kommer finnas på laget.se/freeflow och <https://isgotafriidrott.se/goinge-spring-2023-i-hassleholm/>

Parkering: Det finns gott om parkeringsplatser vid Hässleholmsgården.

Tävlingssekretariat: Finns i startområdet och har öppet 09:15 – 13:45.

Klädförvaring/värdeförvaring: Kläder kan förvaras i tävlingssekretariatet, markerar upp väskan med namn.

Kontakt/frågor: bg.nilensjo@springlfa.se, freeflowtommy@gmail.com

Deltagare ställer upp på egen risk. Arrangörerna fritar sig allt ansvar för uppkommen skada under loppet.

Välkomna och lycka till!