

# Välkommen till Göinge Spring

## 28 september 2024!

Vi välkomnar dig till vackra Hässleholmsgården där vi bjuder på fyra olika tävlingsdistanser. Det är 4 kilometer terräng och 12 kilometer trail, 10 kilometer och en halvmara på landsväg. Landsvägsbanorna är kontrollmäta och loppet är sanktionerat så de ger dig officiella tider. Du kan läsa mer om landsvägsbanorna här: <https://isgotafriidrott.se/goinge-spring-2023-banorna/>

**Klasser:** Både motion, barn och tävlingsklasser, för mera info se; <https://isgotafriidrott.se/goinge-spring-i-hassleholm-2024/>

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. 10:00 har vi ett barnlopp för barn under 13 år, ingen föranmälan och ingen kostnad, bara 500 meter 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 en valfri bok.

**Efteranmälan:** Kan göras 09.15 – 10.30.

**Omklädning/toaletter:** Finns vid [Hässleholmsgården](#).

**Resultat:** Resultaten kommer finnas på <https://hassleholmfreesflow.se> och <https://taklto.com/results/goingespring/2024/ResultatlistaGoingespring2024.pdf>

**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!**