



IFK Kristinehamn Friidrott  
bjuder in till

## HARSPRÅNGET 2023

**Gå, lunka, löp 6 km i centrala Kristinehamn!**

**TORSDAG 25 MAJ KL 19:00**

Deltagarmedalj, återhämtningsmål från MAXI samt Goodiebag

till alla som går i mål!

**Klasser:** DAM, HERR & LAG

Ett lag består av 5 personer. Alla tider räknas.

**Avgift:** 195 kr/person eller 850 kr/lag.

**Anmälan:** Senast 18 maj via länk på vår hemsida. Därefter endast på tävlingsdagen 16:30-18:00 utanför NKPs kontor mot förhöjd avgift (250 kr & 950 kr). Avgiften återbetalas ej vid sjukdom.

Länk : <https://mittlopp.se/Anmalan/Arrangemangsgrupp/harspranget2023>

**Priser:** Pris till 1:an, 2:an och 3:an i herr och damklass. Prisutdelning kl. 20:00!

**Start:** på Västerlånggatan vid Fastighetsbyrån. **Mål** på Kungsgatan vid NKP.

**Bansträckning:** Ordinarie sträcka, se karta på hemsidan, länk nedan.

**Nummerlappar:** Hämtas ut på tävlingsdagen 16:30-18:00 utanför NKPs kontor på Kungsgatan.

## KANINJOGGEN 2023

Cirka 1 km "stan runt"

**Torsdag 25 maj kl 18:00**

För barn upp till och med 11 år (blandad klass).

Start vid Fastighetsbyrån. Mål vid NKP.

Alla är vinnare och får medalj!

(Ingen tidtagning)

Anmälan till Kaninjoggen endast på tävlingsdagen 16:30 – 17:45 runt hörnet vid Godishörnan.

Startavgift 50 kr. (Tänk på att vara ute i god tid)

Swisha gärna på 123 432 51 30 eller jämna pengar tack.

<https://www.laget.se/IFKKristinehamnFriidrott>