

Träningsloppet Tyft-rullen

9 oktober kl. 14.00



Välkommen till ett pulserande träningslopp i Tyftdalens hjärta! Vi följer Folkhälsomyndighetens rekommendationer och kommer anpassa utifrån händelseutvecklingen.

Följande gäller:

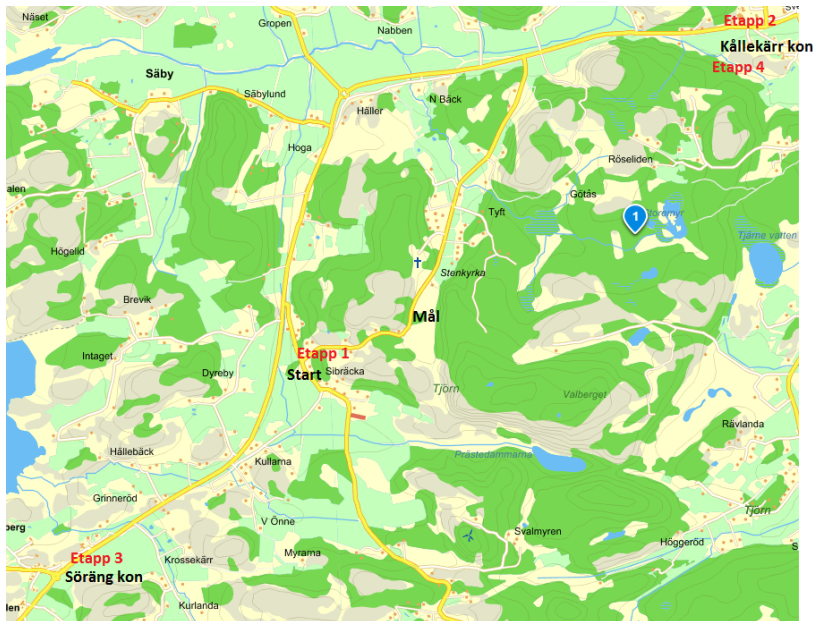
- Träningsloppet går på rullskidor (2:or).
- Baninformation och övrig information sker vid Billströmska folkhögskolan kl. 13.00
- Träningsloppet startar kl. 14.00 vid Gamla kommunhuset i Sibräcka.

Därefter körs loppet via fyra etapper:

- Från starten vid gamla kommunhuset i Sibräcka åker vi rullskidor på cykelvägen till Källekärr.
- I Källekärr rundar vi konen och åker tillbaka på cykelvägen till konen vid Sörängs.
- Från Sörängs åker vi tillbaka till konen vid Källekärr.
- Från Källekärr åker vi tillbaka till Sibräcka. Svänger upp mot Billströmska vid Sibräckavägen 15 (Herman Gustafsson). Målgången är vid svenska kyrkans återvinningsstation.

Ta även del av bifogad fil som beskriver bansträckningen.

Vi gör detta som en härlig grej tillsammans, där vi tillsammans tar eget ansvar för säkerhet och respekt i trafiken. Dock kommer vi ha några flaggvakter strategiskt utplacerade. Men som sagt det är ett träningslopp.



Vi arrangerer erbjuder drickakontroll längs loppet samt att alla efter träningsloppet får en Tyftshälsobulle med brieost, pesto och kyckling. Vätskekontrollen kommer att vara vid Sibräcka. Vi arrangerer erbjuder enkel tidtagning med priser till ettan, tvåan och trean, som sponsras av vårt eget nätverk med det lokala näringslivet.

Anmälan görs till johan.sjoholm74@gmail.com

Uppge personnummer.

Startavgift är 250 kr. Konto: 8356 - 8, 74671 766-9 Swish: 1236039408

Ev. överskottet tillfaller Tyft Arena, som är ett ungdomsprojekt för att stimulera barn och ungdomar i Tyftdalen till ökad fysisk aktivitet och gemenskap. Läs mer på <https://www.facebook.com/tyftarena>

Obs! Vi återkommer med upplägg för Öppet spår.

Välkommen

Anders Åhs

Telefon: 076-1038920

E-post: andersahs68@gmail.com

Läs mer på vår hemsida:

<https://idrottonline.se/TyftArenaIF-Friidrott/>