



Narken Trailrun 23/7 2023

Narkens IF inbjuder till löpartävling typ terräng.

Ta chansen att delta i ett gammaldags terränglopp med start/mål vid Narkens skola på en fin skogsbana som passerar natursköna Narkån.

Distanser och klasser:

Motionsklass: utan tidtagning, valfri distans.

P/F 0-8år: 500 meter(utan tidtagning)

P/F 9-12år: 1015 meter

P/F 13-15år: 3395 meter

P/F 16-20år: 3395 meter

H/D 21år-uppåt: 6790 meter

Tider:

*Start/mål vid Narkens skola, första start P/F 0-8år **12:00** övriga startar enligt klassindelning med 15 minuters mellanrum tom Motionsklassen som startar **13:00***

Deltagaravgift och anmälan:

Föransökan till 070-266 71 89 eller erik@lapplandsbygg.se tom 20210720

Föransökan betalas till SWISH nr; 1230309435 och genom att en Print Screen på betalningen bifogas till 070-266 71 89, efteransökan kan betalas på Startplatsen med SWISH eller kontanter.

Föransökan övriga ungdomsklasser 100kr

Föransökan vuxen tävlingsklass 150kr

Efteransökan sker mellan 10:30& 11:30 vid startplatsen till fördubblad avgift.

P/F 0-8år och Motionsklass deltar utan kostnad(men ni får gärna bidra med en gåva till våran verksamhet om ni känner för detta 😊)

Kom i tid och var glad!

Priser:

Medaljer till alla deltagare i P/F 0-8år samt tre(3) bästa i övriga klasser

P/F 0-8år: Leksaker till alla deltagare

P/F 9-12år: Förstaplats 300kr Andraplats 200kr Tredjeplats 100kr

P/F 13-15år: Förstaplats 400kr Andraplats 300kr Tredjeplats 200kr

P/F 16-20år: Förstaplats 400kr Andraplats 300kr Tredjeplats 200kr

H/D 20år-uppåt: Förstaplats 1000kr Andraplats 750kr Tredjeplats 500kr

Banan och tävlingsregler:

Start/mål Narkens skola, klasser P/F 0-8år och P/F 9-12år springer kortare slingor i närheten av startplatsen, övriga klasser springer ett(1) eller två(2) varv på ett 3395 meter långt terrängspår som sträcker sig från startplatsen ner mot Narkån och tillbaka, underlaget varierar från grusväg, ängsmark, tallhed, spång till myr och blandskogsterräng. Banan är tydligt markerad med gul/röd snitsel och det kommer att finnas funktionärer ute efter banan.

Svenska Friidrottsförbundets tävlingsregler gäller och deltagande sker på egen risk. Kontrollmätt bana.

Dusch:

Möjlighet till utebastu, dusch och omklädningsmöjligheter kommer att anordnas vid startplatsen efter målgång.

Mat och vätska:

Vätskestation vid målgång/varvning, det kommer att finnas hamburgare till försäljning vid startplatsen, caféet på Narkens Skola håller öppet under tävlingen med möjlighet till enklare förtäring.

*Vid frågor kontakta Tävlingsledare Kjell Nordmark; 070-237 20 87
Eller Erik Lampa; 070-266 71 89*

Hjärtligt välkomna till en fantastisk löparupplevelse i Narken

Vänligen Narkens Idrottsförening

