

Ett motionslopp för alla!

Ett motionslopp för alla!

Kamratstafetten 2013

Söndag den 25 augusti kl. 14.00
på Ormbergets motionsspår i Luleå

Samla familjen, grannarna, arbetskollegorna eller lagkompisarna
och delta i ett härligt motionslopp tillsammans!

4 sträckor (totalt ca 8,4 km). Start, växlingar och mål vid värmestugan på Ormberget.

Sträcka 1 och 2: ca 2,6 km (relativt flackt, grus/bark)

Sträcka 3 och 4: ca 1,6 km (kuperat, grus/bark)

Lagsammansättning: 2-4 personer per lag. Växling krävs efter varje sträcka (samma person får alltså inte springa två sträckor **i rad!**).

Anmälan: Senast 20 augusti till Lulekamraterna.

Vid anmälan uppges lagnamn, namn på lagdeltagare samt sträckindelning.

Via mail: lulekamraterna@hotmail.com. På telefon: Anna Nordin, 070-24 85 849.

Startavgift: 300 kr/lag, betalas vid anmälan på PG 775025-0. Ange lagnamn.

Nummerlappar: Hämtas senast 45 min före start i värmestugan på Ormberget. Eventuella lagändringar måste lämnas in senast 1 h före start.

Efteranmälan: På plats fram till 1 h före start, 400 kr/lag.

Ombyte och dusch: Ormbergsanläggningen, öppen 13-16.

Priser: Utlottning av ett lagpris på 1000 kr samt utlottning av individuella priser på varje sträcka. Prisutdelning ca kl. 15.30 vid värmestugan.

Regler: Svenska Friidrottsförbundets regler gäller. Deltagande sker på egen risk.

Info och frågor: Mats Nordin, 070-33 27 444

Arrangör:  **Lule
KAMRATERNA**