

ÄLGLÖPET

13:e april 2014

Rydö ASK välkomnar till sjätte upplagan av **Älglöpet**, som kommer äga rum den 13:e april 2014 vid **Skärshults camping** utmed riksväg 26 mellan Hyltebruk och Smålandsstenar.

Vi springer på den tuffa, kuperade och ibland smala banan runt sjön som mäter 5250m.

Klasser

Starttider: 5 km = 11.00, 10 km = 11.15

1. Damer 5km 80kr

2. Damer 10km 100kr

3. Herrar 5km 80kr

4. Herrar 10km 100kr

5. F-16 och yngre 5km 50kr

6. P-16 och yngre 5km 50 kr

Anmälan görs till info@rydoask.se senast 7/4. Ange ert namn, klass, klubb, ort (bekräftelse skickas via mail)

Startavgiften: betalas in på bg 745-0562 senast den 7 april.

Startlista : publiceras på www.rydoask.se den 8/4

Efteranmälan: på tävlingsdagen mot en extra avgift på 50kr

Nummerlappar finns att hämta ut på tävlingsdagen från klockan 09:00.

Vätskekontroll vid 2,5 / 7,5 km samt vid varvning/mål.

Dusch/ombyte: finns i begränsade möjligheter på tävlingsplatsen.

Priser/medalj: Alla får en Älglöpetmedalj och de tre bästa i varje klass får ett specialdesignat pris. Utdelning av lottade priser på nummerlappsnummer.

Servering: finns att tillgå genom Skärshults camping

VÄLKOMNA

Allt deltagande sker på egen risk, Svenska Friidrottsförbundets regler gäller.
Besök oss gärna på www.rydoask.se

