

IK VISTA PRESENTERAR STOLT FÖR 37:e ÅRET I RAD

LANDSJÖN RUNT 2018

LÖPNING & RULLSKIDOR + FINAL PÖLDER CUP

TÄVLINGSKATEGORIER

HERR/DAM DUBBLERING 24,5 KM

LAG 5,5 KM/12,5 KM

HERR 12,5 KM

DAM 12,5 KM

5,5 km löpning HERR/DAM 7-99 år.

BARN 1-6 år 1 KM

UNGDOM 7-12 år 2 KM

SÖNDAGEN 29 APRIL
LANDSJONRUNT.SE



LANDSJÖN RUNT 2018

LÖPNING & RULLSKIDOR + FINAL PÖLDER CUP

Avgifter

Herr och Dam Löpning/Lagtävling/Hjulklasser 12,5 km 250kr/pers
Efteranmälan 350 kr/pers
Herr och Dam Dubbling 24,5 km 350kr/pers
Efteranmälan 450kr/pers
Herr och Dam löpning/lagtävling 5,5 km 150 kr/pers
Efteranmälan 250 kr/pers
Ungdom löpning 7-12 år 50:- Efteranmälan 70:-
Ungdom rullskidor 70:- Efteranmälan, 120:-

Start och mål

Vistavallen, ca 8 km norr om Huskvarna utmed gamla E4:an mot Gränna.

Omklädning

Klubbhuset, Vistavallen.

Banor

Landsjön Runt, asfalt 12,5 km, Vätskekontroll efter 4 och 8 km.
Herr/Dam 5,5 km. Ungdom löpning 2 km. Barn löpning 1 km.
Ungdom rullskidor 15-16 år 6 km, 13-14 år 4 km, 11-12 år 2 km.

Starttider

Rullskidor/inlines ca 10.35 Löpning barn/ungdom
ca 12.00 Löpning herr/dam ca 13.00

Priser

Alla som går i mål får en medalj. Priser från våra lokala sponsorer till de främsta i varje främsta i varje Dam och Herrklass. Vi lottar även ut priser.

Anmälningar

Anmälan och betalning på www.landsjonrunt.se.
För ungdomsklasser rullskidor ska anmälan göras via IdrottOnline.
Föränmälan senast söndag 22 april.
Efteranmälan kan ske senast 1 timmar före start på tävlingsdagen.

Servering

I klubbhuset, Vistavallen.

Upplysningar

Olof Broström,
Telefon 0702-61 55 37
E-post landsjonrunt@gmail.com

BANREKORD löpning

1983 Klass 1 Män Jan Rudolfsson Eksjö Södra IK 37.56
2014 Damer Madeleine Larsson Hässelby SK 44.20

BANREKORD rullskidor/inlines

2015 Herr Johan Håmås Stockholm speedskaters 21.05
2015 Dam Marika Sundin IFK Mora SK 23.29

Rullskidor & Inlines

Glasögon och hjälm obligatoriskt

Rullskidor fri teknik Herrar och Damer 12,5 km
Rullskidor klassisk teknik Herrar och Damer 12,5 km
Inlines med el. utan stavar Herrar och Damer 12,5 km
Pölder cup Herrar och Damer 15-16 år 6 km
Pölder cup Herrar och Damer 13-14 år 4 km
Herrar och Damer 11-12 år 2 km

Hjulregler

Herr/Dam: Tävlingshjul tillåtna
Ungdomsklasser: Måste ha hjul märkta med 2, 3 eller 4 enligt SSF's rekommendationer.

Klasser för löpning

Allmänna klasser öppna både för tävlings och motionslöpare

Herr och Dam 12,5 km (från 13 år)
Herr och Dam 5,5 km (från 7 år)
Lagtävling 4 deltagare, 4 x 5,5 km/ 4 x 12,5 km
Ungdom 7-12 år 2 km
Barn 1-6 år 1 km

Nyhet

Herr och Dam dubbling 24,5 km.
(12 km rullskidor och 12,5 km löpning.)

Banrekordspris.

10 000kr för rekord i löpning och 5 000kr för rekord i rullklasserna.

OBS! Deltagandet sker på egen risk.

