

 

Lördagen den 15 juni 2019, kl. 13.00



Ett motionslopp med start och mål i Ljungskile centrum. Bansträckning runt centrala Ljungskile och Lyckorna.

**Anmälan** Anmäl er idag på <https://goo.gl/forms/FOCXj2OvmmjuDizl1>. Angebana, namn, adress, eventuellt lagnamn/förening/företag/skolklass samt epost-adress. De som skall springa knatteloppet, 1km eller 3km behöver även ange födelseår.

Anmälningsavgiften betalas på pg-nr 22 41 27-1 i samband med anmälan, senast 9 juni.

**Efteranmälan** Efteranmälan mot förhöjd avgift gäller efter den 9/6. Efteranmälan görs via e-post [ljungskileslingan@halleif.nu](mailto:ljungskileslingan@halleif.nu) eller på plats på torget i Ljungskile fredag den 14/6 kl 17-19 eller på tävlingsdagen senast en timma innan start. Efteranmälan betalas kontant eller med swish i samband med nummerlappshämtning.

**Nummerlappar** Hämtas på torget i Ljungskile på fredag den 14/6 från kl 17-19 eller på tävlingsdagen från klockan 09.

**Priser** Samtliga som fullföljer loppet får medalj. Ett **stort prisbord** som lottas ut bland samtliga fullföljande deltagare.  
Pris till de 3 främsta i varje klass (gäller ej knatteloppet).

Observera att prisutdelningen är redan klockan 15.15, dvs 75 minuter efter start på 3km, 5km och 10km.

**Tidtagning** Tidtagning med chip för de som springer 1km, 3km, 5km och 10km.  
Ingen tidtagning för de som springer knatteloppet.

**Banor**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Banlängd** | **Startavg** | **E-anm** | **Starttid** |
| Knatteloppet (f 2014 eller senare) | 200 m | 50 kr | 50 kr | 13.00 |
| Barnens Centrumlopp (flickor, f 2007 eller senare) | 1 km | 70 kr | 100 kr | 13.20 |
| Barnens Centrumlopp (pojkar, f 2007 eller senare) | 1 km | 70 kr | 100 kr | 13.40 |
| Ungdom (f 2003 eller senare) | 3 km | 70 kr | 100 kr | 14.00 |
| Korta Slingan | 5 km | 140 kr | 200 kr | 14.00 |
| Långa Slingan | 10 km | 140 kr | 200 kr | 14.00 |

Långa slingan är kontrollmätt till exakt 10km.

Samtliga klasser är motionsklasser, det finns inget krav på medlemskap i förening.

De banor som har tidtagning (1km, 3km, 5km och 10km) är uppdelade i dam- och herrklass.

Mer information fås genom att gå in på [www.ljungskilefriluftsklubb.se](http://www.ljungskilefriluftsklubb.se), eller genom att kontakta tävlingsledare Martin Burrows, tel 070 - 4828 896, e-post [ljungskileslingan@halleif.nu](mailto:ljungskileslingan@halleif.nu).

Alla deltar på egen risk. Arrangören fritar sig för all uppkommen skada under loppet.

Välkomna!

Ljungskile Friluftsklubb och Hälle IF