



Lördagen den 18 juni 2022, kl. 11.00

Ett motionslopp med start och mål i Ljungskile. Bansträckning runt centrala Ljungskile och Lyckorna. I år är bansträckningen annorlunda för 5km och 10km med start och mål väster om motorvägen.

**Anmälan** Anmäl er idag på RaceID, <https://raceid.com/sv/races/8576/about>. Betalning görs med kort när du anmäler dig. Anmäl dig senast den 11:e juni. Obs! Anmälan för knatteloppet, 200m öppnar upp senare.

**Efteranmälan** Efteranmälan mot förhöjd avgift gäller från och med den den 11/6. Efteranmälan görs via e-post [ljungskileslingan@halleif.nu](mailto:ljungskileslingan@halleif.nu) eller på plats på torget i Ljungskile fredag den 17/6 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 17/6 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).

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

#### Banor

	Banlängd	Startavg	E-anm	Starttid
Knatteloppet (f 2017 eller senare)	200 m	50 kr	80 kr	11.00
Barnens Centrumlopp (flickor, f 2010 eller senare)	1 km	80 kr	100 kr	11.20
Barnens Centrumlopp (pojkar, f 2010 eller senare)	1 km	80 kr	100 kr	11.40
Ungdom (högst 16 år, f 2006 eller senare)	5 km	100 kr	150 kr	13.00
Korta Slingan (ett varv)	5 km	150 kr	200 kr	13.00
Långa Slingan (två varv)	10 km	150 kr	200 kr	13.00

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, 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 från all uppkommen skada under loppet.

Välkomna!  
Ljungskile Friluftsklubb och Hälle IF