



Start och mål Motionsspåret vid Brattås CKs klubbstuga, Hällevi IP, Henån

Banor/starttider Kuperad terräng och hållmark, märkta med reflexer. Pannlampa är obligatoriskt. Kartor och utförligare beskrivning av samtliga banor finns på www.brattasck.se

- **Ungdomsbanan 1,5 km**, start kl. 17:15
(vuxen får springa med)
- **Mellanbanan 5 km**, start kl. 17:50, inläpp 10 min innan
- **Långa banan 8,5 km**, start kl. 18:05, inläpp 10 min innan

Klasser

- Ungdomsbanan: F/P12 (f. 2012 eller senare)
- Mellanbanan: F/P14 (f.2010-2011), F/P16 (f.2008-2009), Kvinnor, KM / Män, MM
- Långa banan: Kvinnor, KL / Män, ML

Tidtagningschip Alla deltagare springer med tidtagningschip runt ankel. Utlämning och avprickning sker i källaren under Brattås klubbstugan. Tidtagningschipet lämnas tillbaka efter målgång.

Anmälan och avgift Anmälan och betalning via Arena Time. Ordinarie anmälan senast söndag 10 november. Startavgift barn/ungdom 4 -16 år 100 kr, för övriga 150 kr. Ange i anmälan födelseår och förening/bostadsort. Efter 10 november efteranmälan fram till 30 min före start, för 125 kr barn/ungdom och 200 kr för vuxen.

Omklädning

Omklädning och dusch inomhus i Brattås CK:s klubbstugan.

Servering Hamburgare, korv, kakor, dricka, kaffe m.m.

Toaletter

Finns i Brattås CK:s klubbstuga.

bjuder in till den 8:e upplagan av

Priser: Till alla som springer ungdomsbanan vid målgång, samt till de tre bästa i övriga klasser. Utlovningspriser bland alla startande.

Upplysningar: Odd Wallander, odd.wallander@gmail.com,
0763350296

Caroline Ohlsson, caroline.ohlss@gmail.com, 0739233581