



LJUNGSKILE Slingan



PM - Ljungskileslingan

Lördagen den 13 juni 2015, kl. 12.30

Ett motionslopp med start och mål i Ljungskile centrum. Bansträckning runt centrala Ljungskile och Lyckorna. Vi siktar på totalt 500 deltagare i år!

Parkering Vi rekommenderar parkering vid Ljungskileskolan, vid Ljungskile småbåtshamn eller på parkeringen mellan Ljungskile station och tennisplanerna.

Omklädning Omklädningsrummen i Ljungskileskolans gymnastiksal är öppna från kl 11.

Nummerlappar Hämtas på torget i Ljungskile den 12/6 kl 17-19 eller på tävlingsdagen från klockan 10.

Uppvärmning Gemensam uppvärmning cirka 15 minuter innan start.

Anmälan Anmäl er på ljungskileslingan@halleif.nu eller www.ljungskilefriluftsklubb.se. För mer information, se inbjudan.

Efteranmälan Efteranmälan mot förhöjd avgift gäller efter den 9/6. För mer information, se inbjudan.

Priser Samtliga som fullföljer loppet får medalj. Pris till de 3 främsta i varje klass och ett **stort prisbord** som lottas ut bland samtliga fullföljande deltagare.

Starttider Observera att barnens centrumlopp sker i två startgrupper, flickor klockan 12.30 och pojkar klockan 12.50. Observera att starttiden för de övriga loppen är flyttad till 13.20.

	Banlängd	Starttid
Barnens Centrumlopp, flickor (födda tidigast 2003)	1 km	12.30
Barnens Centrumlopp, pojkar (födda tidigast 2003)	1 km	12.50
Ungdom (högst 16 år, f 1999)	3 km	13.20
Korta Slingan	5 km	13.20
Långa Slingan	10 km	13.20

Långa slingan är kontrollmätt till exakt 10km.

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

Info Mer information fås genom att gå in på www.ljungskilefriluftsklubb.se, genom att kontakta tävlingsledare Martin Burrows, 070 - 4828 896 eller e-post ljungskileslingan@halleif.nu.

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

Välkomna!
Ljungskile Friluftsklubb och Hälle IF