

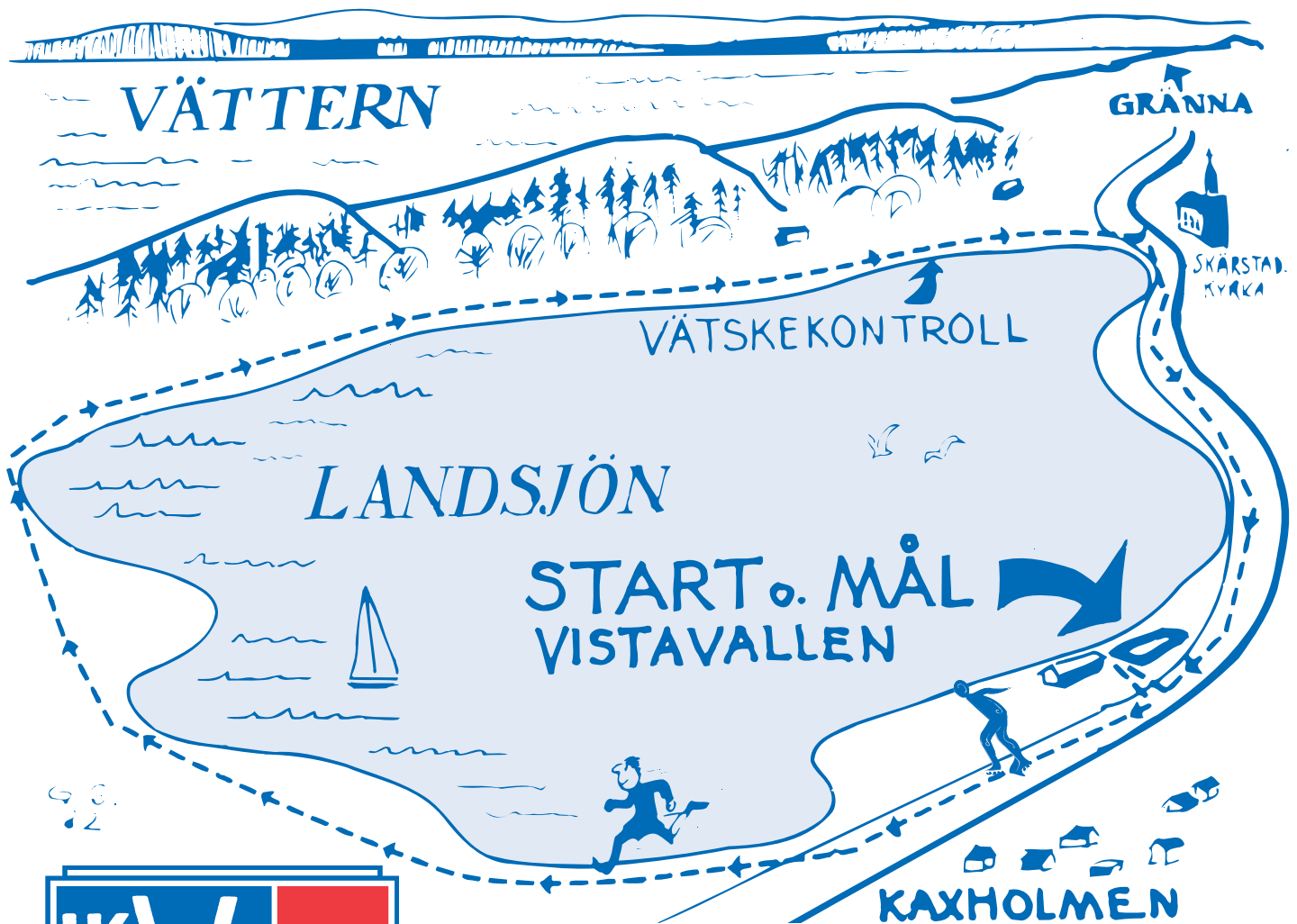
# 30:e året

# Landsjön

# Runt 12,5 km

+ final i Pölder cup

Söndagen 1 maj 2011



JP

Medarrangörer:

En naturlig del av din vardag

## Landsjön-Runt 12,5 km - Landsvägslöpning

Klass 1 Män*	Klass 3 Motionsklass Män
" 2 Kvinnor*	" 4 Motionsklass Kvinoor

\* Förutsätter medlemskap i förening som tillhör Svenska Friidrottsförbundet

**Avgifter:** Klass 1-13 150:- efteranmälan, 200:-,  
Klass 14-19 70:- efteranmälan, 120:-, Klass 20 gratis

**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 7,5 km.  
Klass 14-15: 6 km, klass 16-17: 4 km, klass 18-19: 2 km.

**Starttider:** Hjulklasser kl. 11.00, Löpning kl. 12.00, Knatteklasser kl. 12.15

**Priser:** Hederspriser till de främsta i varje klass.  
Alla som fullföljer erhåller diplom med tidsangivelse.  
Lottade priser i motionsklasserna

**Anmälningar:** På [www.ikvista.se](http://www.ikvista.se)  
Inbetalning av startavgiften till IK Vista BG 5794-5453.  
Uppge namn, klass, anmälningsnummer enligt bekräftelse från webbanmälan.  
För klasserna 14-19 skall anmälan främst göras på IdrottOnline.

Anmälan skall vara oss tillhanda senast onsdagen den 27 april.

Efteranmälan kan ske dock senast 1 timme före start tävlingsdagen

Deltagandet sker på egen risk.

**Servering:** I klubbhuset, Vistavallen.

**Upplysningar:** Jan Gustavsson Tel. 036-534 35  
Christer Nordberg Tel. 036-14 80 10  
IK Vista hemsida, [www.ikvista.se](http://www.ikvista.se)

## Landsjön-Runt 12,5 km - Rullskidor & Inlines

Glasögon och hjälm obligatoriskt.

Klass 8 Män	Inlines med eller utan stavar
" 9 Kvinnor	Inlines med eller utan stavar
" 10 Män	Rullskidor fri teknik
" 11 Kvinnor	Rullskidor fri teknik
" 12 Män	Rullskidor klassisk teknik "Vasaloppssklass"
" 13 Kvinnor	Rullskidor klassisk teknik "Vasaloppssklass"
" 14 H15-16	Rullskidor klassisk teknik "Ingår i Pölder cup"
" 15 D15-16	Rullskidor klassisk teknik "Ingår i Pölder cup"
" 16 H13-14	Rullskidor klassisk teknik "Ingår i Pölder cup"
" 17 D13-14	Rullskidor klassisk teknik "Ingår i Pölder cup"
" 18 H11-12	Rullskidor klassisk teknik
" 19 D11-12	Rullskidor klassisk teknik

Anmälan, avgifter mm är densamma som för landsvägslöpning.

Klass 20 Barn upp till 12 år. Löpning 1 km inne på Vistavallen.

## Segrare 2 senaste åren i Landsjön-Runt

2009	Klass 1 Män	Henrik Jansson	IK Hakarpspojarna	42.48
	Klass 2 Kvinnor	Jenny Johannesson	Hässelby SK	47.55
	Klass 8	Sören Remar	Ulricehamn	29.27
	Klass 9	Ingen startande		
	Klass 10	Tobias Westman	IK Stern	22.56
2010	Klass 11	Ingen startande		
	Klass 12	Anders Boestad	IK Vista	27.41
	Klass 13	Carolina Karlsson	Sågmyra Skidklubb	34.01
	Klass 1 Män	Niklas Wikner	Tranås AIF	43.28
	Klass 2 Kvinnor	Jenny Johannesson	Hässelby SK	45.33

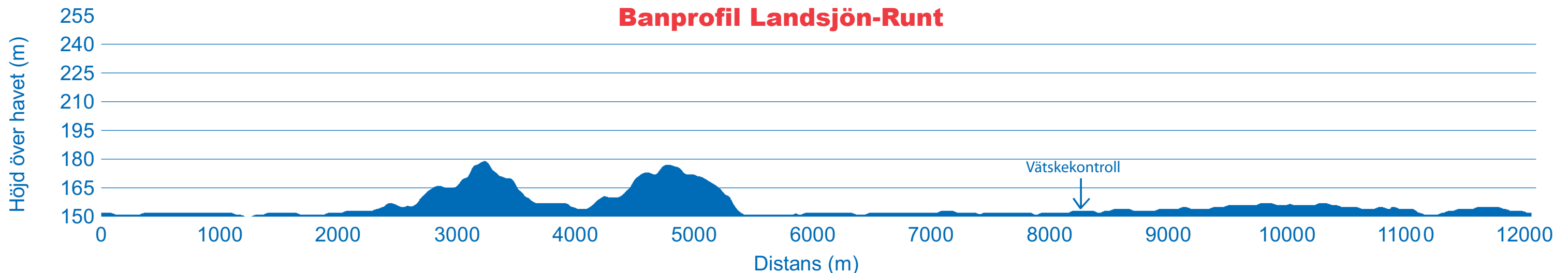
Klass 8	Johan Hämås	Stockholm Speedskaters	21.50
Klass 9	Ingen startande		
Klass 10	Tobias Westman	IK Stern	22.35
Klass 11	Sofie Svensson	IK Vista	31.37
Klass 12	Joakim Svensson	Hultsfreds SK	27.40
Klass 13	Johanna Sörgardt	IK Stern	35.54

## BANREKORD löpning

1983	Klass 1 Män	Jan Rudolfsson	Eksjö Södra IK	37.56
2004	Klass 2 Kvinnor	Linda Damgren	IK Hakarpspojarna	46.23

## BANREKORD rullskidor & inlines

2010	Klass Hjul Män	Johan Hämås	Stockholms Speedskaters	21,50
2008	Klass Hjul Kvinnor	Maria Magnusson	IK Hakarpspojarna	27,26



# VISTA-priset för nytt banrekord

Priset är på 5 000 kronor och delas ut till den som sätter ett nytt banrekord för Landsjön Runt i följande kategorier:

- *Herrar - Löpning*
- *Damer - Löpning*
- *Herrar - Hjul (inlines/rullskidor)*
- *Damer - Hjul (inlines/rullskidor)*



Priset betalas ut till deltagarens klubb i form av träningsbidrag.

**TRYCK  
HÄR**



**DIREKTA**  
Kontorsservice AB

Bultvägen 3 • 553 02 Jönköping  
Tel. 036-18 45 30 • Fax 036-18 65 50  
[www.direkta.se](http://www.direkta.se)