



ÄLGLÖPET

22 april 2018



Rydö ASK välkomnar till nionde upplagan av **Älglöpet**, som kommer äga rum den 22:e april 2018 vid **Skärshults camping** utmed riksväg 26 mellan Hyltebruk och Smålandsstenar. Vi springer på den tuffa, kuperade och ibland smala banan runt sjön som mäter 5250m.

I år arrangerar vi två barnlopp. Ett för de allra minsta på ca 400 meter samt ett lite längre lopp på ca 1000 meter båda utan tidtagning. Barnloppet är utan efteranmälan – 40 kr när man än anmäler sig.

Klasser

1. Damer 5km 150 kr
2. Damer 10km 150kr
3. Herrar 5km 150kr
4. Herrar 10km 150kr
5. F-16 och yngre 5km 100kr
6. P-16 och yngre 5km 100 kr
7. Barnlopp ca 400 meter 40 kr
8. Barnlopp ca 1km 40 kr

Starttider:

- Barnlopp = 10.30
5 km = 11.00
10 km = 11.15

Anmälan görs via betalningslänk på www.rydoask.se "Älglöpet 2017" senast 16/4.

Startavgiften: betalas i samband med anmälan.

Startlista: publiceras på www.rydoask.se den 18/4

Efteranmälan: på tävlingsdagen mot en extra avgift på 50kr

Nummerlappar finns att hämta ut på tävlingsdagen från klockan 09:00 till senast 30 min innan start.

Vätskekontroll vid 2,5 / 7,5 km samt vid varvning/mål.

Dusch/ombyte: finns i begränsade möjligheter på tävlingsplatsen.

Priser/medalj: Alla får en Älglöpetmedalj och de tre bästa i varje klass får ett specialdesignat pris. Utdelning av lottade priser på nummerlappsnummer.

VÄLKOMNA

Allt deltagande sker på egen risk, Svenska Friidrottsförbundets regler gäller.

Besök oss gärna på www.rydoask.se
eller maila oss på rydoask@hotmail.com