



Välkomna till succén

VP-milen

– ett stort lopp i Småland

Spring eller jogga i hjärtat av Småland den 21 augusti!

VP-milen är ett snabblopp, välorganiserat, publikvänligt och trivsamt lopp med värdefulla priser samt stort deltagande. Huvudloppet är 10 km och övriga banlängder är 4, 2 och 1 km. Loppet är attraktivt för både deltagare och publik. Banan är flack och mycket lättlopp. Vi tror att du kan ställa upp i ett av de snabbaste loppen i Sverige. För den som vill sätta personligt rekord är loppet därför idealiskt. VP-milen är kontrollmätt av förbundskontrollant L. Ydreborg. Svenska Friidrottsförbundets regler gäller. Allt deltagande sker på egen risk.

FAKTA OM LOPPET

Tävlingsdag: Fredagen den 21 augusti 2009

Klassindelning och banlängder:

VP-milen 10 km	4 km	2 km	1 km
Klass 1 Män	Klass 4	Klass P16 födda 93-94	Klass P12 födda 97-98
Klass 2 Kvinnor		Klass F16 födda 93-94	Klass F12 födda 97-98
Klass 3 Rullstolsburna		Klass P14 födda 95-96	Klass P10 födda 99-00
		Klass F14 födda 95-96	Klass F10 födda 99-00
			Klass P8 födda -01 och senare
			Klass F8 födda -01 och senare

Anmälan:

På plusgiro 18 29 72-0 OK Njudung senast fredag den 14 augusti 2009. Ange namn, födelseår, klass, förening eller företag och adress, samt om du deltar i klass 1 eller 2 för femte eller tionde gången. Är ni många från samma klubb eller företag, kan gemensam anmälan skickas till OK Njudung, Box 42, 574 21 Vetlanda.

Anmälningsavgift:

Klasserna 1-3	100 kr/deltagare
Klasserna 4, P16-F14	50 kr/deltagare
Klasserna P12-F8	30 kr/deltagare
Föreningar (P12-F8)	max 15 deltagare 300 kr

Efteranmälan:

Mottages senast 30 minuter före varje starttid mot en extra avgift på 30 kr för ungdomsklasserna och klass 4 motion, 50 kr för klasserna 1-3.

Motionsklass 4 km:

Tidtagning/icke tidtagning.

Farthållare:

Följande farthållare med riktider 40, 45, 50, 55 och 60 minuter finns på 10 km.

Start och målplats:

I anslutning till Norrgårdshallen, Vetlanda.

Sekretariat:

Njudungsgymnasiet, Norrvägen 6 (intill Norrgårdshallen).

Nummerlappar:

Delas ut i Gallerian, Njudungsgymnasiet, med början kl 16.30.

Omklädning:

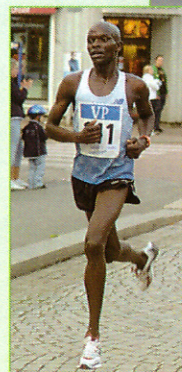
Norrgårdshallen (herrar) och Hövdingen (damer).

Starttider:

Klass F10, F8	kl 17.40	Klass F16, P16, F14, P14	kl 18.10
Klass P10, P8	kl 17.50	Klass 4	kl 18.20
Klass F12, P12	kl 18.00	Klass 1-3	kl 19.00

Klassrekord:

K 1 Män Angus Cheptot, Sörängens LK 28.48, 2001
K 2 Kvinnor Marie Söderström-Lundberg, Hässelby SK 34.11, 2003
Den som sätter nytt klassrekord erhåller 3000 kr.



OK NJUDUNG
Vetlanda

Vetlanda-Posten