

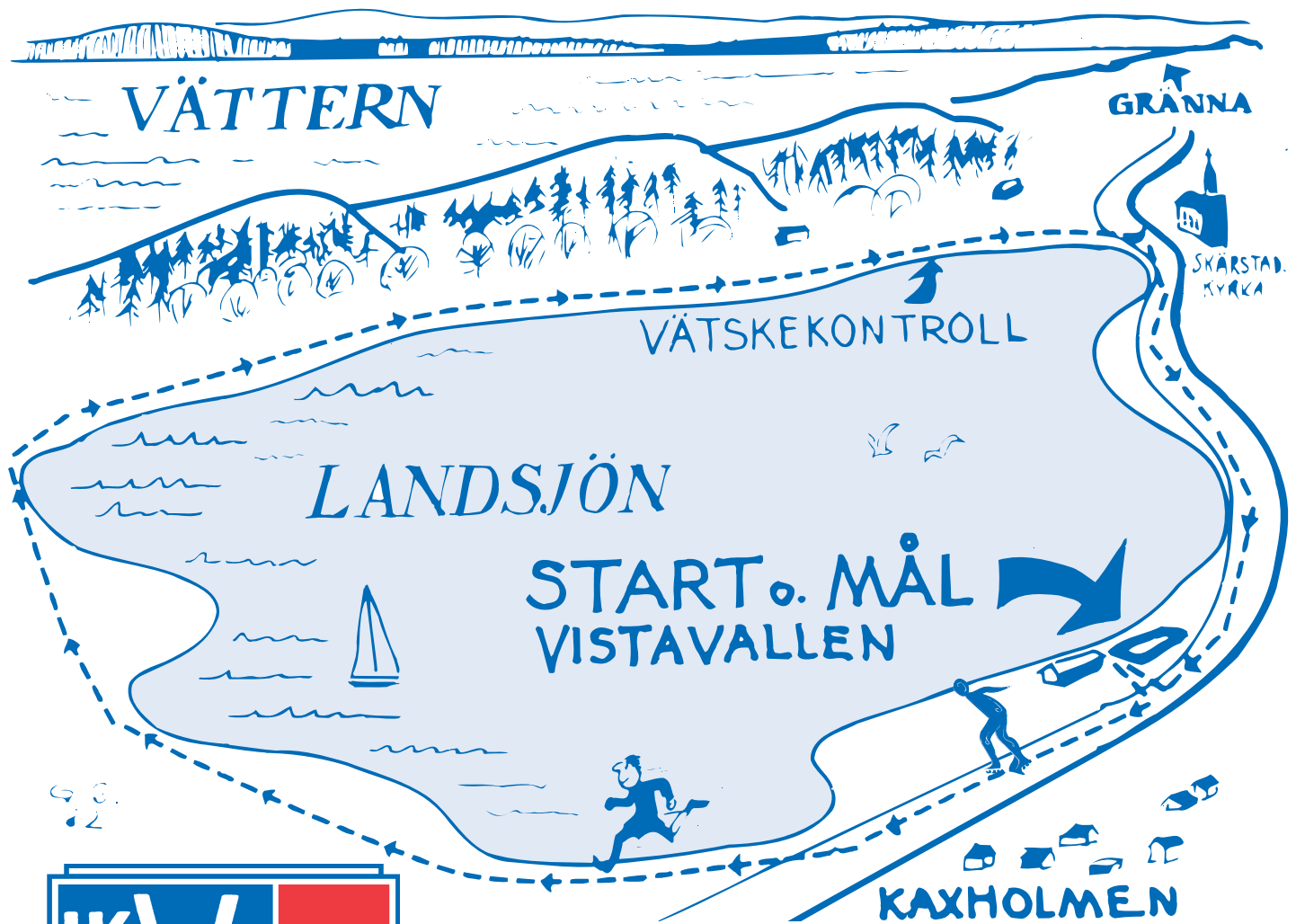
31:e året

Landsjön

Runt 12,5 km

+ final i Pölder cup

Söndagen 29 april 2012



Medarrangörer:

Jönköpings-Posten

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
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.

Föranmälan med betalning oss tillhanda senast onsdagen den 25 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

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 ”Vasaloppsklass”
” 13 Kvinnor	Rullskidor klassisk teknik ”Vasaloppsklass”
” 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

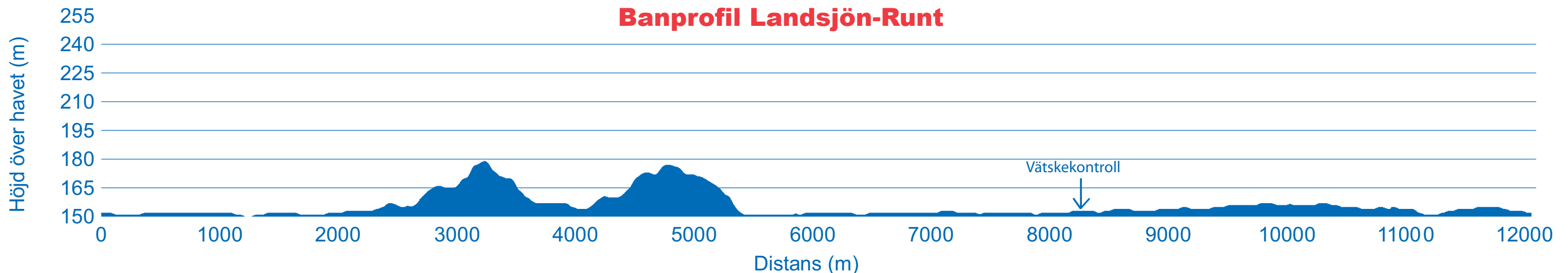
2010	Klass 1 Män	Niklas Wikner	Tranås AIF	43.28	
	Klass 2 Kvinnor	Jenny Johannesson	Hässelby SK	45.33	
	Klass 8	Johan Hämås	Stockholm Speedskaters	21.50	
	Klass 9	Ingen startande			
	Klass 10	Tobias Westman	IK Stern	22.35	
	Klass 11	Sofie Svensson	IK Vista	31.37	
	Klass 12	Joakim Svensson	Hultsfreds SK	27.40	
	Klass 13	Johanna Sörgardt	IK Stern	35.54	
	2011	Klass 1 Män	Niklas Wikner	Tranås AIF	43.17
		Klass 2 Kvinnor	Karin Spjuth	IK Hakarpspojarna	47.49
		Klass 8	Adam Thorman	IK Hakarpspojarna	29.39
		Klass 9	Caroline Nilsson		43.15
		Klass 10	Tobias Westman	IK Stern	22.16
Klass 11		Sofie Svensson	IK Vista	27.58	
Klass 12		Alexander Westberg	Borås SK	26.19	
Klass 13	Fia Jobs	Björnstorps IF	32.43		

BANREKORD löpning

1983	Klass 1 Män	Jan Rudolfsson	Eksjö Södra IK	37.56
2010	Klass 2 Kvinnor	Jenny Johannesson	Hässelby SK	45.33

BANREKORD rullskidor & inlines

2010	Klass Hjul Män	Johan Hämås	Stockholm 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