

# 33:e året **Landsjön Runt** <sup>12,5 km</sup>

Löpning och rullskidor

+ final i Pölder cup

## SÖNDAGEN DEN 27 APRIL 2014



### NYHET 2014 **LAGTÄVLING**

Är du ett företag eller kompisgäng som vill göra något roligt tillsammans ska du vara med i lagtävlingen. Ni anmäler ett lag med fyra löpare som alla springer 12,5 km. Tiderna slås sedan samman för ett sammanlagt resultat. Varje löpare deltar samtidigt i det individuella loppet. Efter avslutad löpning bjuds laget på lite gott från Rudenstams gårdsbutik.

Herr 12,5 km

Dam 12,5 km

Lagtävling  
12,5 km

Barn 1-6 år  
1 km

Ungdom 7-12 år  
2 eller 4 km

Ungdom 13-17 år  
2 eller 4 km



[www.landsjonrunt.se](http://www.landsjonrunt.se)

Medarrangörer:

**Jönköpings-Posten**

# Landsjön Runt

## Rullskidor & Inlines

Glasögon och hjälm obligatoriskt  
Rullskidor fri teknik Herrar och Damer 12,5 km  
Rullskidor klassisk teknik Herrar och Damer 12,5 km  
Inlines med el. utan stavar Herrar och Damer 12,5 km  
Pölder cup Herrar och Damer 15-16 år 6 km  
Pölder cup Herrar och Damer 13-14 år 4 km  
Herrar och Damer 11-12 år 2 km

## Klasser för löpning

allmänna klasser öppna både för tävlings-  
och motionslöpare  
Herrar och Damer 12,5 km  
Lagtävling 4 deltagare 4 x 12,5 km  
Ungdom 13-17 år 2 eller 4 km  
Ungdom 7-12 år 2 eller 4 km  
Barn 1-6 år 1 km

## Avgifter

Herr och Dam löpning/hjulklasser/lagtävling 200 kr/pers Efteranmälan 250 kr/pers  
Ungdom löpning 30:- Efteranmälan 50:-  
Ungdom rullskidor 70:- Efteranmälan, 120:-

## 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.  
Ungdom rullskidor 15-16 år 6 km, 13-14 år 4 km, 11-12 år 2 km.  
Barn löpning 1 km, Ungdom löpning 2 och 4 km.

## Starttider

Rullskidor/inlines ca 11.00 Löpning barn/ungdom ca 12.00 Löpning herr/dam ca 13.00

## Priser

Alla som går i mål får en medalj. Priser från våra lokala sponsorer till de främsta i varje klass. Vi lottar även ut priser.

## Anmälningar

Gör anmälan på sidan [www.landsjonrunt.se](http://www.landsjonrunt.se).

För att gälla som föränmälan ska betalning vara gjord inom 3 dagar till IK Vistas BG 5794-5453. Notera på inbetalningen: Namn och det anmälningsnummer som erhålls i returmejl vid bekräftelse på gjord anmälan. För ungdomsklasser rullskidor skall anmälan främst göras på IdrottOnline. Sista dag för föränmälan är söndagen den 20 april. Betalning ska vara gjord senast 23 april. Efteranmälan med högre avgift kan ske senast 2 timmar före start tävlingsdagen.

Deltagandet sker på egen risk.

## Servering:

I klubbhuset, Vistavallen.

## Upplysningar

Christer Nordberg Tel. 036-14 80 10, Olof Broström Tel. 0702-61 55 37

## 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

2012 Klass Hjul Män Tobias Westman IK Stern 21.39  
2012 Klass Hjul Kvinnor Sandra Hansson Uddevalla IS 24.11

## 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 sponsras av Rudenstams parti AB



TRYCK  
HÄR

**IK** 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)

