



TRÄNINGSTÄVLINGAR 2015

Klasser: M, K,
P17/F17 (födda 98 och senare)
P13/F13 (födda 02 och senare)

1. Munksjön runt

5 km (ca 2 km för P13/F13)

Lördagen 28/2 kl 11.00 (10.40 för P13/F13)

Samling och ombyte vid Kålgårdsarenan 30 min innan start.
IK Hakarpspojarna

2. Bonnarundan

8 km (ca 4 km för P17/F17 och ca 2 km för P13/F13)

Lördagen 7/3 kl 11.00 (10.40 för P13/F13)

Samling och ombyte vid IKHP-stugan 30 min innan start.
IK Hakarpspojarna

3. Mullsjö

4,6 km (ca 2 km för P13/F13)

Lördagen 14/3 kl 11.00 (10.40 för P13/F13)

Samling och ombyte vid MSOK-stugan 30 min innan start.
Mullsjö SOK

4. Rocksjön runt

4 km (ca 2 km för P13/F13)

Lördagen 21/3 kl 10.00 (09.40 för P13/F13)

Samling och ombyte vid Kålgårdsarenan 30 min innan start.
IK Hakarpspojarna

5. Höredarundan

9,5 km (ca 4 km för F17/P17 och ca 2 km för P13/F13)

Tisdagen 7/4 kl 18.15 (18.00 för P13/F13)

Samling och ombyte vid Furuvi IP 30 min innan start.
Lekeryd SSK

Startavgift: 30:-

50% av avgifterna går till den totala (efter alla 5 deltävlingar) 1:an, 2:an och 3:an i respektive klass. Poängräkning enligt: 1000p till segraren, övriga får 1000p minus antal sekunder efter segraren vid respektive start.

50% av avgifterna lottas ut till deltagarna: 1 start = 1 lott

Upplysningar:

Anders Grönvall
Stefan Persson

tel. 036-184447, 070-9524794, a.gronvall@telia.com
tel. 036-145585, 073-9512079, stefan.persson@jonkoping.se