



PM 2021

- Nyårsafton 211231 är det dags igen.
- För vår årliga gemytliga träningstävling
- Inkluderat den avslutande fikasamlingen o prisutdeln.(vi serverar lite glögg,kaffe mm efter loppet Ingår i startavgift)
- Försök locka med er alla ni känner som vill ut och röra på sig lite
- Tävlingsledningen önskar en god uppslutning då det är sista året för detta lopp med undertecknad som arranger.(30 år är ett bra slut 😊)
- Vore trevligt med andra klubbars närvaro likt tidigare.
- Statistik o resultat se Älgens hemsida
- Även en öppen klass utan tid på korta banan finns ,här kan man gå i sin egen takt men ändå en chans till pris i utlottning.
- **Sportidentstämpling Gäller**
- **Egen Pinne eller du får låna**
- **Anmälan via länk på hemsida(sen 25/12)**
- **Respektera sista anmälningdag**
- **(kontakta mig vid frågor)**
- **www.okalgen.se**

Vi ses tävlingsledare-Conny .

Upplysningar info = 070-3992175

conny@lgcontracting.se

Även på facebook och hemsidan

VÄLKOMNA !



	Långa Banan 8,2 km	Öppen för alla (Herr o Dam klass)
	Mellan Banan 5,0 km	Öppen för alla (Herr o Dam klass)
	Korta Banan 3,0 km	Öppen för ungdom upp till sexton år. Separerad kille och tjej klass Äldre motionärer över 60 år Dam ,herr separerat här också.
<u>START</u>	Gemensam kl.10.15	Alla skall bära nummerlapp. Utdelning i samband med Start. SportIdent används Ta med pinne om du har ,annars lånepinne
<u>Banmarkering</u>	Vissa skyltar finns Man springer på gatorna i Grums med hjälp av karta eller kompis. Lättorienterat	Kartor finns i att låna med inritade banor ! Se även uppladdad fil på hemsidan www.okalgen.se Även I år kommer det att finnas några vägvisare utmed spåret vid strategiska Vägskäl. Mellantider med sportidentstämpling kommer att förekomma
<u>Ombyte</u>	Ombyte.	Dusch,bastu sker i klubbstugan
<u>Startavgift</u>	140 :- per startande (Älgar =fri avgift)	Bidrag till kaffekassan mottages gärna av alla !
<u>Övrigt</u>	Klassegrare Samt alla på korta banan	SPRINGER SOM BRUKLIGT IFÖRDA LEDAR-SYDVÄSTAR.. I år får segraren behålla syvästen för alltid Priser till de bästa i sedvanlig stil.
<u>Anmälan</u>	Via hemsida formulär Med bana o klass Namn	Före 20211225 Swisha anmälningavgiften 123 544 73 70