



Terräng DM 2016 & motionsloppet Karlskrona Terränglopp

Karlskrona SOK hälsar Blekinges alla löpare välkomna till DM i terränglöpning och motionsloppet Karlskrona Terränglopp.

Tisdagen den 16 augusti, Rosenholm, Karlskrona.

Klasser och starttider DM-klasser (samtliga klasser utom M/K är åldersbundna):

Start 18:30 2 000 m		Start 18:45 4 000 m		Start 19:15 4 000 m	
Klass	Född år	Klass	Född år	Klass	Född år
P/F 12	2004 och senare	P14	2002	F14	2002
P/F 13	2003	P15	2001	F15	2001
		P17	1999-2000	F17	1999-2000
		P19	1997-1998	F19	1997-1998
		M	Alla	K	Alla
		M vet	1981 och tidigare	K vet	1981 och tidigare

Alla löpare som springer 4 000 m räknas som att de springer i seniorklass samt eventuellt egen åldersklass.

Lagtävling för 3-mannalag i M/K, P/F 19, P/F 17, P/F 14-15, P/F 12-13.

I M/K Veteraner skall minst en löpare vara 40 år och minst en 50 år, 3-mannalag.

För deltagande i DM-klass krävs medlemskap i förening ansluten till Friidrottsförbund.

Motionsloppet Karlskrona Terränglopp är öppet för alla deltagare.

Klasser och starttider i motionsloppet Karlskrona Terränglopp, dvs EJ DM-klasser.

Start 18:15 1 000m		Start 18:45 4 000m		Start 19:15 4 000m	
Klass	Född år	Klass	Född år	Klass	Född år
*	2005 och senare <i>*utan tidtagning</i>	Motionsklass H	Alla	Motionsklass D	Alla

Startavgifter: 17 år och yngre 60 kronor. 18 år och äldre 100 kronor. Gäller samtliga klasser. Vid efteranmälan gäller 50% högre avgift. Startavgiften faktureras respektive klubb efter tävlingen. Ej klubbanslutna löpare betalar in anmälningsavgiften på bankgiro 5095-8164 i samband med anmälan.

Anmälan: Anmälan sker till terrang2016@outlook.com senast fredag den 12 augusti. Efteranmälan på plats senast 30 minuter innan start.

Nummerlappar: Hämtas på tävlingsområdet i god tid innan start.

Samlingsplats: ABB Arena Karlskrona.
avfart 63 från E22, parkering i anslutning till tävlingsarenan.

Slottsvägen, 371 55 Karlskrona, Sverige
Latitud: 56.216233 Longitud: 15.606509



Banan: Terrängbana 2000 m slinga, mestadels på grusade stigar och en hel del gräs.

Tävlingsdräkt: Enligt Sveriges Friidrottsförbunds regler ska tävlande i DM-klass bära klubbdräkt.

Omklädning och dusch: Rosenholmshallen i anslutning till arenan

Prisutdelning: Prisutdelning sker inom 30 minuter efter målgång i respektive klass. Priser i lagtävlingen utdelas så snart arrangören räknat fram resultatet. Mer exakta tider för prisutdelning anslås på arenan.

Upplysningar: Kent Törnqvist, 070-9611105, kent@xlturf.com
Henrik Stenholm, 073-3313185, stenholm76@hotmail.com