



JoJ's



## Gubbacross

## SMK Ljungby

Besiktning vid klubbstugan: fredag 1900-2000 lördag 0700-0815

Anmälan Fredag 1800-2000 Lördag 0700-0800

Träning börjar kl:08:30

Startunderlag: Motfallande grind, Grusunderlag

### Tidsschema

Träning/Tidskval Girls 08:30 Träning 15min + 10min tidskval Max 60 förare

Träning/Tidskval 50+ 09:00 Träning 15min + 10min tidskval Max 60 förare

Träning/Tidskval 40+ 09:30 Träning 15min + 10min tidskval Max 60 förare

Träning/Tidskval 30+/Bredd 10:00 Träning 15min + 10min tidskval Max 60 förare

### **Förarmöte 10:35 vid klubbstugan, obligatorisk närvaro**

Första start Ca: 11:00

Heatordning

Heat 1 Girls 15 min + 1 varv

Heat 1 50+ 15 min + 1 varv

Heat 1 40+ 15 min + 1 varv

Heat 1 30+/Bredd 15 min + 1 varv

### **Paus efter målgång: ca 1h**

Heat 2 Girls 15 min + 1 varv

Heat 2 50+ 15 min + 1 varv

Heat 2 40+ 15 min + 1 varv

Heat 2 30+/Bredd 15 min + 1 varv

OBS!! OM Girls inte vill köra själva går det heatet ihop med 50+

