



Segersta OK inbjuder till deltävling 2 i Länsförsäkringar Cup, 7/2 2013

Teknik ; Klassisk

Klasser/Distanser: HD 0-6, ca 400m, masstart utan tidtagning
HD 7-8 (födda -06 och -05), ca 800m, masstart utan tidtagning
HD 7-8 (födda -06 och -05), ca 800m, intervallstart med tidtagning
HD 9-12, ca 1,7km, intervallstart med tidtagning
HD 13 och uppåt, ca 3km, intervallstart med tidtagning
Motionärer, ca 3km (startkort finns i stora huset på kungsholmen)

Anmälan: Senast söndag 3/2. Via idrottonline eller Klubbvis till
lfcup@itmedia.se.

Efteranmälan: På plats senast 18.00 tävlingsdagen

Plats Kungsholmen Segersta

Första start: 18.30, HD 0-6

Tävlingsexpediton: Stora huset på kungsholmen

Nummerlappar: Hämtas klubbvis i stora huset på kungsholmen

Parkering: Parkering i anslutning till Kungsholmen

Ombyte: Möjlighet till ombyte och dusch finns i begränsad omfattning

Köldgräns: - 15

Fika: Saft och bulle till de tävlande, korv och kaffe till försäljning

Upplysningar Anders Andersson 070-5530815 ,anders@uaakeri.se

Segersta OK hälsar tävlande och publik hjärtligt välkomna



