

INBJUDAN

DM för Västmanland och Järndammsloppet

i TERRÄNGLÖPNING

I SALA (Järndammen) Lördag den 6:e november Kl. 12:00

Plats: Järndammsstugan ca 7 km norr om Sala. Vägvisning från Väg 800.

Klasser, Sträckor, Starttider och anm avgifter!				Efteranmavgift
F11, P11	1000 m (OBS Ej DM)	12.00	50 kr	100 kr
F13, P13	2000 m	12.15	50 kr	100 kr
F15, P15	2000 m	12.15	50 kr	100 kr
F17, F19	5 km	12.30	100 kr	200 kr
K, K35-K70	5km	12.30	100 kr	200 kr
P17, P19	5 km	12.30	100 kr	200 kr
M, M35-M55	10 km	12.45	100 kr	200 kr
M60-M70	5 km	12.30	100 kr	200 kr
Motion Herrar	5 km	12.30	100 kr	200 kr
Motion Herrar	10 km	12.45	100 kr	200 kr
Motion Damer	5 km	12.30	100 kr	200 kr
Motion Damer	10 km	12.45	100 kr	200 kr

OBS! Sträckorna är inte de vanliga på DM utan utgår från banorna vid Järndammen som är rejält utmanande och med bra underlag med rejäl kupering på de längre sträckorna. Obs ej DM status i 11- årsklasserna och motion.

Anmälan: Sker genom mittlopp.se Anmälan skall vara oss tillhanda senast söndag 31:a oktober. Efter det efteranmälan till förhöjd avgift till en timme före start.

Priser: Medaljer till tre första i DM klasserna, för övrigt hederspriser och i motion utlottas ett antal priser.

Information: Åke Lantz tfn 070/3726664 eller maila frågor på ifksala@outlook.com

VÄLKOMNA ÖNSKAR IFK SALA FRIIDROTT!