



LÖPRALLARN PM



Bottnaryds IP 15 sept 2019 (WGS84:N57* 46,604*, E13* 49,764*)

Parkering: i anslutning till idrottsplatsen

Efteranmälan/nummerlappar: mellan kl. 09.00 – 10.00

Servering finns i klubblokalen

Klasser/längd/starttid:

Barn födda 2013 och senare	400m	starttid 11.00 (vuxen får gärna springa med barnen)
Flickor/Pojkar 2011-12	1 km	11.10
Flickor/Pojkar 2009-10	2 km	11.25
Flickor/Pojkar 2007-08	2 km	11.25
Flickor/Pojkar 2005-06	5 km	11.30
Flickor/Pojkar 2003-04	5 km	11.30
Motion kort	7,5 km	11,45
Motion lång	15 km	11,45
Tävling Dam/Herr	15 km	11,45

Banorna är märkta med röd/vit snitsel och orange pilar

Vätskekontroller finns utmed 5, 7,5 och 15 km banorna

Alla barn får medalj vid målgång

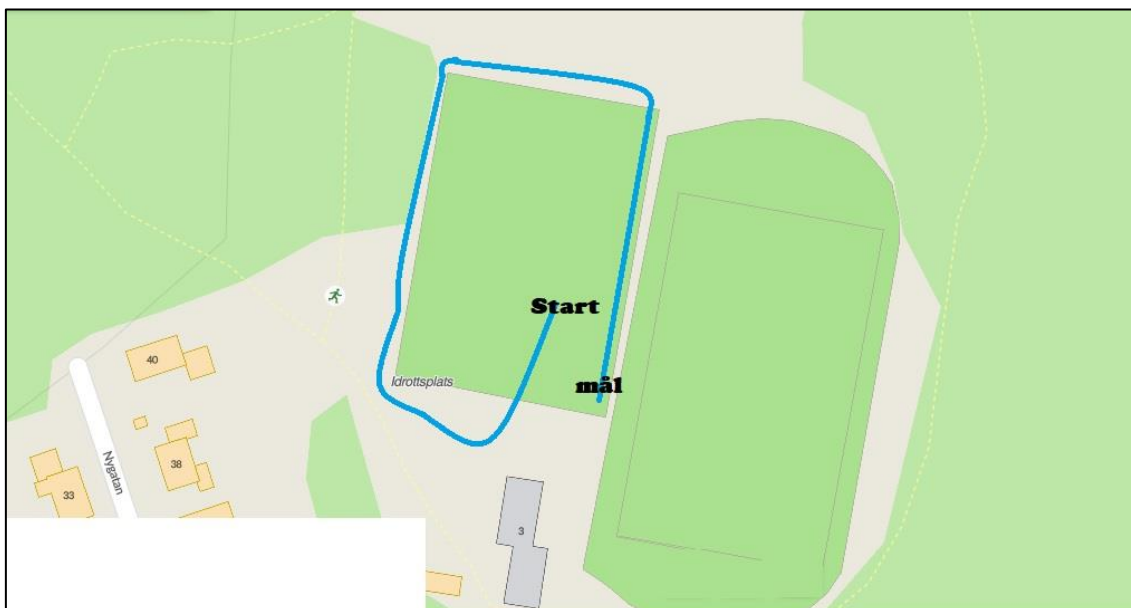
Utdelning av rallarloppsmedaljen till de som genomfört våra tre Rallarlopp 2019.

Det finns möjlighet till ombyte/dusch i klubblokalen

Varmt välkomna

400meters banan

2013 och yngre

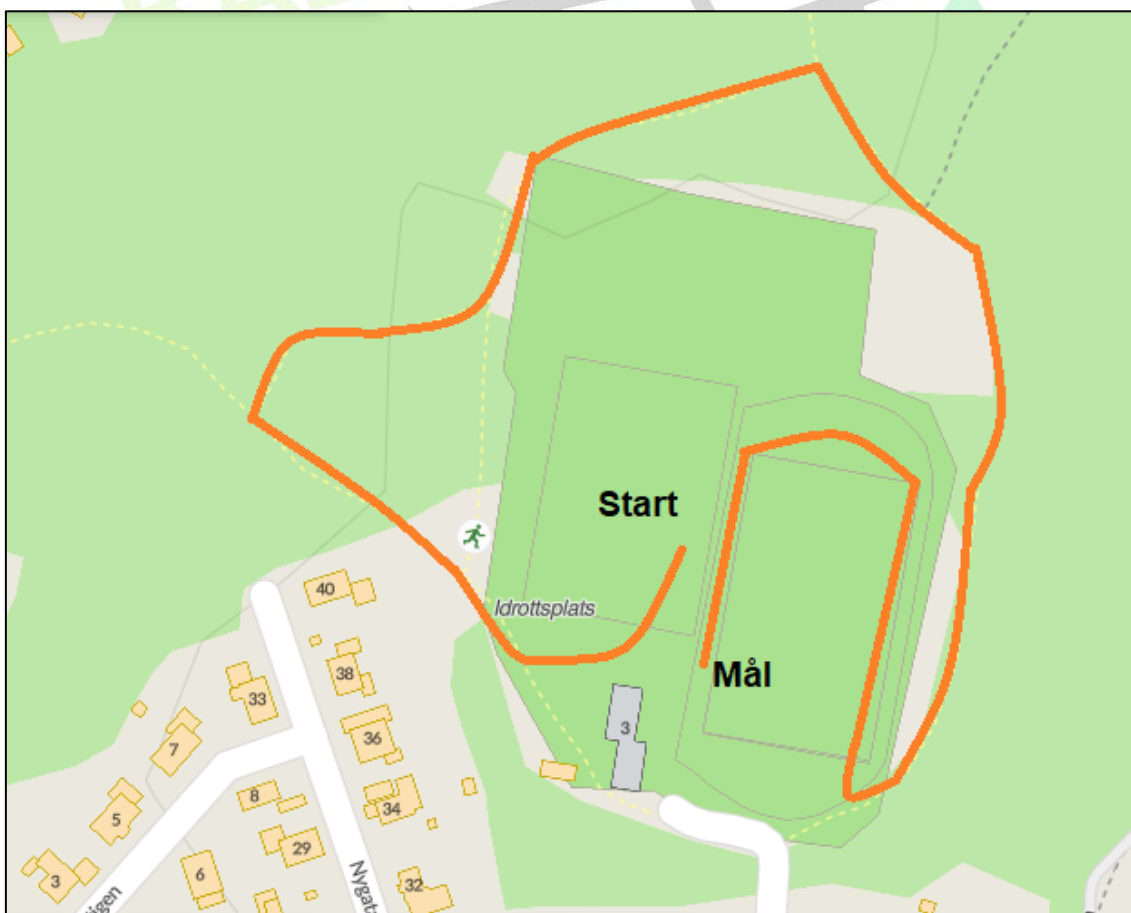


1km banan

2011-12 springer 1 varv

2009-10 springer 2 varv

2007-08 springer 2 varv



5km banan

2005-06

2003-04



7,5km bana

1 varv

15km

2 varv

