## Ungdomens 7-manna, laguppställning. Ska vara Ringsjö OK tillhanda senast 26 sept. Anmälan skickas till <info@ringsjo.nu>

Om ni är fler lag - kopiera och klistra in

Klubb: .................................................................................

Lag 1

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Sträcka | Längd och svårighet | Namn | Födelseår | SI-nummer |
| 1 | 3.0 gul (gafflad) |  |  |  |
| 2 | 3.0 gul (gafflad) |  |  |  |
| 3 | 2.5 vit (rak) |  |  |  |
| 4 | 4.0 orange (gafflad) |  |  |  |
| 5 | 4.0 orange (gafflad) |  |  |  |
| 6 | 2.5 vit (rak) |  |  |  |
| 7 | 5.2 violett (rak) |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Sammanlagd ålder |  |

Lag 2

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Sträcka | Längd och svårighet | Namn | Födelseår | SI-nummer |
| 1 | 3.0 gul (gafflad) |  |  |  |
| 2 | 3.0 gul (gafflad) |  |  |  |
| 3 | 2.5 vit (rak) |  |  |  |
| 4 | 4.0 orange (gafflad) |  |  |  |
| 5 | 4.0 orange (gafflad) |  |  |  |
| 6 | 2.5 vit (rak) |  |  |  |
| 7 | 5.0 violett (rak) |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Sammanlagd ålder |  |

## Ungdomens 4-manna, laguppställning. Ska vara Ringsjö OK tillhanda senast 26 sept. Anmälan skickas till <info@ringsjo.nu>

Om ni är fler lag - kopiera och klistra in

Klubb:...............................................................................

Lag 1

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Sträcka | Längd och svårighet | Namn | SI-nummer |
| 1 | 3.0 km gul (rak, max tre löpare) |  |  |
| 1 |  |  |  |
| 1 |  |  |  |
| 2 | 2.5 km vit (rak) |  |  |
| 3 | 2.5 km vit (rak, max tre löpare) |  |  |
| 3 |  |  |  |
| 3 |  |  |  |
| 4 | 3.0 km gul (rak) |  |  |

Lag 2

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Sträcka | Längd och svårighet | Namn | SI-nummer |
| 1 | 3.0 km gul (rak, max tre löpare) |  |  |
| 1 |  |  |  |
| 1 |  |  |  |
| 2 | 2.5 km vit (rak) |  |  |
| 3 | 2.5 km vit (rak, max tre löpare) |  |  |
| 3 |  |  |  |
| 3 |  |  |  |
| 4 | 3.0 km gul (rak) |  |  |

## Ungdomens 3-manna, laguppställning. Ska vara Ringsjö OK tillhanda senast 26 sept. Anmälan skickas till <info@ringsjo.nu>

Om ni är fler lag - kopiera och klistra in

Klubb:...............................................................................

Lag 1

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Sträcka | Längd och svårighet | Namn | SI-nummer |
| 1 | 1.8 km grön (rak, skuggning tillåten) |  |  |
| 2 | 1.8 km grön (rak, skuggning tillåten) |  |  |
| 3 | 1.8 km grön (rak, skuggning tillåten) |  |  |

Klubb:...............................................................................

Lag 2

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Sträcka | Längd och svårighet | Namn | SI-nummer |
| 1 | 1.8 km grön (rak, skuggning tillåten) |  |  |
| 2 | 1.8 km grön (rak, skuggning tillåten) |  |  |
| 3 | 1.8 km grön (rak, skuggning tillåten) |  |  |

Klubb:...............................................................................

Lag 3

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Sträcka | Längd och svårighet | Namn | SI-nummer |
| 1 | 1.8 km grön (rak, skuggning tillåten) |  |  |
| 2 | 1.8 km grön (rak, skuggning tillåten) |  |  |
| 3 | 1.8 km grön (rak, skuggning tillåten) |  |  |