Mullsjö SOK

inbjuder till

Klubbmatch mellan
Bottnaryds IF, OK Gränsen och Mullsjö SOK

Tisdagen den 23 augusti 2011 i samband med
Falköpings AIK OK:s kretsträning

Banor/Klasser

Bana 1:	
Lång ca 6 km	H20, H21, H35, H40
Bana 2:	
Mellan ca 4,5 km	H16, H18, H 45, H50, D18, D20, D21, D35
Bana 3:	
Kort svår ca 3 km	H14, H55, H60, H65, H70, D16, D40, D45, D50,D55, D60, D65
Bana 4:	
Kort lätt ca 2,5 km	H12, D12, D14, D70, D75, H 75, H80
Bana 5:	
Nybörjare ca 2 km	H10, D10, Nybörjare

Stämpling SportIdent

Anmälan Respektive klubb anmäler sina löpare via klubben online på ”Klubbmatch 3-klubbars” **senast söndag 21 aug kl 18.00**. Startlista på Falköpings AIK OK:s hemsida.

Samling Ullene, Floby. Vägvisning från Rv 47, 15 km V Falköping.

Start Första ordinarie start, kl 18.15.
Avstånd till start 800 m.

Omklädning Utomhus. Ingen dusch, medtag eget tvättvatten.

Upplysningar

Jan-Eric Remäng	0392-123 66, 070-29 38 209
Yngve Malmlöf	0515-413 81, 070-327 74 65

Välkomna till god kamp, hälsar
Falköpings AIK OK och Mullsjö SOK.