

GMOK i samarbete med Tolered's Allmänna IK, Kungälv's OK och Svenska Landslaget välkomnar alla elit-löpare till Göteborg sprint-dagar 27. – 30. Januari 2022. Träningarna är öppna för D/H18E - D/H21E.

Preliminära Program

Torsdag 27.01. 2022 FM, kl. 09.00

#1: Sprint kval i Johanneberg
individuell start 12-15 min
Banläggare Patrik Thoma
max. deltagare 100

Torsdag 27.01. 2022 EM, kl. 14.30

#2: KO-Sprint vid Backaskolan
kvart, semi och final
Banläggare Maths Carlsson
max. deltagare 60 (bästa från kval på FM plus svenska landslaget)

Fredag 28.01. 2022 FM, kl. 09.00

#3a: lugnt sprintpass i Johanneberg
Banläggare Patrik Thoma
max. deltagare 100
#3b: lugnt skogspass medeldistans (5-6 km) i Skatås

Fredag 28.01. 2022 EM, kl. 15.00

#4a: lugnt sprintpass vid Vallhamra (Sävedalen)
Banläggare Patrik Thoma
max. deltagare 100
#4b: lugnt skogspass korridor med Mikro-OL (7-9 km) i Skatås
Banläggare Patrik Thoma

Lördag 29.01. 2022 FM, kl. 09.00

#5: Sprint kval vid Kärralundsskolan
individuell start 12-15 min
Banläggare Jens Kaminsky
max. deltagare 100

Lördag 29.01. 2022 EM, kl. 14.30

#6: Sprint final i Grevegården
individuell start 12-15 min
Banläggare Patrik Thoma
max. deltagare 100

Söndag 30.01. 2022 FM, kl. 09.00

#7: Sprint Stafett i Brunnsbo
2-3 sträckor x 6-8 min
Banläggare Lisa Börnstedt
max. deltagare 100

Bra att veta:

- Alla snabba pass är med SI-Air
- Avgift: För medlemmar inom TAIK, GMOK, KOK gratis; övriga betalar avgift (Träningar #3a/3b/4a/4b SEK 80 varje träning, övriga SEK 160 varje träning); fakturas i efterhand via Eventor