



Hägersta GF

Inbjuder till
det 31:a

Midsommarloppet

Torsdagen den 20 juni
2013



Midsommarloppet är ett rent motionslopp öppet för alla. Du får gå, lunka, löpa allt efter behag. Banan går på grusväg och skogsstig. Tidtagning sker och vid målet har vi musikunderhållning. Fika och korv med bröd finns till försäljning.. Start, mål och omklädning sker vid Tränstagården, ca 12 km öster Köping. Följ snitsel från Rasta Inn – Bilisten vid E18 (Avfart Munktorp)



Banlängder

Knattar födda 2005 och senare
Ungdomar födda 2000-2004
Motion
Motion (vätskekontroll)

1 km
2,5 km
5 km
8 km

Starttider

19.00
19.20
19.45
19.45

Anmälan

Kan ske genom insättning av anmälningsavgift på bankgiro 465-5452. Ange då namn och banlängd (samt ev. förening). Anmälan kan även ske via e-post: hagerstagf@sverige.nu Vid föransmälan ska avgiften vara oss tillhanda senast den 19 juni. Det går också att anmäla sig på plats fram till kl.18.30.

Startavgifter

Föransmälan

Knatte och ungdomsklasserna: 50 kr, Motionsklasserna: 100 kr.

Anmälan på plats

Knatte och ungdomsklasserna: 50 kr, Motionsklasserna: 140 kr.

Deltagare ställer upp på egen risk och godkänner att namn och klubb publiceras på vår hemsida: <http://koping.net/hagerstagf/>

Uppllysningar

Per-Arne Hedlund 0221-16811

Börje Gustavsson 0221-420 02

Välkomna!

Hägersta GF