

Terräng-KM med mysfaktor

Vad: Vi firar in december månad med träningslopp i löpning där alla i Friskus kan vara med. Efteråt bjuds det på soppa med tillbehör för en trevlig stund i stugan. (Soppa= Laktosfri, köttfri)

Samling: 1 december, Friskusstugan 10:00. För gemensam uppvärmning till start om man vill.

Start: 10:30, Furubergsslingan

Tidtagning: Med sport-Ident, om man vill ha tid.

Klasser:

Upp till 10år 1 varv (1,3km)

Upp till 14år 2 varv (2,6km)

"Vuxen" 4 varv (5,2km)

Senior 2 varv (2,6km)

Anmälan: Senast lördag 30 Nov. Anmälningslistan hemsidan.

Kostnad: Gratis

Frågor? Daniel, Tobias eller Märtha

