



IS GÖTA inbjuder till 10 000m och 60 minuters löpning på Heden den 30 oktober 2021

När: Lördagen den 30/10, första start kl.09:30

Klasser: MS + KS, plus veteraner. Det blir två heat, nästa heat kl.11:00. Man springer i ett, är funktionär i ett, meddela vilket som passar dig bäst. Efter 25 varv får man en 10 000 meters tid.

Startavgift: 50:-, betalas på plats, alt swish till 070-7164380. IS Göta springer gratis.

Anmälan: leif.gronqvist@gmail.com, senast den 27 oktober, alternativt i evenemanget. Efteranmälan i mån av plats.

Resultat: Publiceras på isgotafriidrott.se

Omklädning: Finns ej, kom ombytta och duscha hemma.

Övrigt: Svenska Friidrottsförbundets tävlingsregler gäller, spikskor med max 6 mm spik. Manuell tidtagning.

Info: BG Nilensjö, bg.nilensjo@springlfa.se, alt Leif Grönqvist, leif.gronqvist@gmail.com

spring


IS GÖTA
HELSEINGBORG