



TRÄNINGSTÄVLINGAR 2019

Klasser: M, K,
P17/F17 (födda 02 och senare)
P13/F13 (födda 06 och senare)

1. Munksjön runt

5 km (ca 2 km för P13/F13)

Onsdagen 20/2 kl 18.00 (17.40 för P13/F13)

Samling och ombyte vid Kålgårdsarenan 30 min innan start.

IK Hakarpspojarna

2. Bonnarundan

8 km (ca 4 km för P17/F17 och ca 2 km för P13/F13)

Lördagen 2/3 kl 11.00 (10.40 för P13/F13)

Samling och ombyte vid IKHP-stugan 30 min innan start.

IK Hakarpspojarna

3. Mullsjö

4,6 km (ca 2 km för P13/F13)

Lördagen 9/3 kl 11.00 (10.40 för P13/F13)

Samling och ombyte vid MSOK-stugan 30 min innan start.

Mullsjö SOK

4. Lyckåsbacken

2,5 km (samma sträcka för P13/F13)

Lördagen 16/3 kl 11.00 (11.00 för P13/F13)

Kom ombytt, samling 30 min innan start vid Lyckås, mellan Kaxholmen och Skärstad.

På gårdsplan längs med landsvägen. IK Vista/IK Hakarpspojarna

5. Rocksjön runt

4 km (ca 2 km för P13/F13)

Lördagen 23/3 kl 11.00 (10.40 för P13/F13)

Samling och ombyte vid Kålgårdsarenan 30 min innan start.

IK Hakarpspojarna

6. Höredarundan

9,5 km (ca 4 km för F17/P17 och ca 2 km för P13/F13)

Tisdagen 2/4 kl 18.15 (18.00 för P13/F13)

Samling och ombyte vid Furuvi IP 30 min innan start.

Lekeryd SSK

Startavgift: 30:-

50% av avgifterna går till den totala (efter alla 6 deltävlingar) 1:an, 2:an och 3:an i respektive klass. Poängräkning enligt: 1000p till segraren, övriga får 1000p minus antal sekunder efter segraren vid respektive start.

50% av avgifterna lottas ut till deltagarna: 1 start = 1 lott

Upplysningar:

Anders Grönvall

070-9524794, a.gronvall@telia.com

Stefan Persson

073-9512079, stefan.persson@jonkoping.se