

Ett motionslopp som passar alla åldrar!

Drängsmarksterrängen

Kom och spring eller promenera valfri sträcka i härlig terräng.

Varje onsdag kväll under sommaren genomförs motionsloppet oavsett väder.

Varje
onsdag
kväll!

under sommaren



Hur går det till?

Vid ankomst så betalar man startavgiften kontant och får därmed en nummerlapp. Skriv sedan upp ert namn på den sträcka ni valt att springa/gå. Vid målgång så antecknas er tid. Resultatet finns uppsatt på anslagstavlan på plats vid nästa/kommande tävlingar. Så det blir enkelt att jämföra sina tider från genomförda lopp och du kan tävla mot och utmana dig själv att förbättra tiden från gång till gång. Vill du inte finnas med på resultatlistan så säg till vid målgång.



Var: Vägbeskrivning mellan
Frostkåge och Östvik.

Valfri sträcka: 800 meter
1,5 km
2,5 km
5,0 km
9,4 km

Datum:	28 maj	2 juli
	4 juni	9 juli
	11 juni	16 juli
	18 juni	23 juli
	25 juni	30 juli

Start: kl. 18:30 (gemensam start)

Startavgift: Vuxen 20 kr
Barn/skolungdom gratis

6 augusti FINAL/säsongavslutning

Denna afton med priser till alla barn,
samt hederspriser.
Korv och saft till alla barn!



KÅGEDALENS SKIDKLUBB hälsar alla varmt välkomna!

Mer info: <http://www4.idrottonline.se/KagedalensSK-Skidor/>