



[Skriv här]

## VÅRBY IK INBJUDER TILL 3:e DELTÄVLINGEN I KOMMUNTERRÄNGEN 2016

**Lördag 24/9 med första start 11:00. Samling vid Vårbystugan (elljusspåret i Vårby)**

- Parkering i första hand i anslutning till tävlingen.
- Två tävlingar i en! Ordinarie terränglopp med hinderbana plus 100m backsprint.
- Första Start från 11:00. Individuell start gäller för klasserna HD – 06 och H/D 7-8, övriga gemensam start. Backsprint med valfri starttid.

Klasser	Födda år	Banlängd	Back sprint
HD - 06*	10 och senare	500 m	
H / D 7-8*	08-09	800 m	100m
H / D 9-10	06-07	1,5 km	100m
H / D 11-12	04-05	2,8 km	100m
H / D 13-14	02-03	2,8 km	100m
H / D 15-16	00-01	5 km	100m
H / D 17- äldre	99 och tidigare	5 km	100m

\* ingen tidtagning

- Anmälan klubbvis via epost till [larsola.forsgren@gmail.com](mailto:larsola.forsgren@gmail.com) senast onsdag 2016-09-21 kl 23:59. Ange namn, klass, klubb/lag/hemort. Den gångna skidsäsongens tävlingsklasser gäller. Ingen anmälningsavgift. Efteranmälan kan göras fram till 10:30 tävlingsdagen.
- Nummerlappar hämtas ut klubbvis vid tävlingsexpeditionen i klubbstugan från 10:20. Ej återlämnad nummerlapp debiteras med 500 kr.
- Fika säljes. Alla tävlande får saft och smörgås efter målgång.
- Resultatlista publiceras på <http://www7.idrottonline.se/VarbyIK-Skidor/>.
- Tävlingsregler: Spårvakter och skyltar i varje korsning. Deltagande sker på egen risk.
- Frågor Lars Ola Forsgren, 070-525 23 84.
- Nästkommande deltävlingar i kommunterrängen 2016 är Anundsjö IF 9/10 och Nätra SK 23/10.

**Välkommen önskar Vårby IK!!**