



# LJUNGSKILE

## Slingan



Lördagen den 13 juni 2020, kl. 13.00

---

Ett motionslopp med start och mål i Ljungskile centrum. Bansträckning runt centrala Ljungskile och Lyckorna.

**Anmälan** Anmäl er idag på <https://forms.gle/cEZMDd6okXJh35cp9>. Ange bana, namn, adress, eventuellt lagnamn/förening/företag/skolklass samt epost-adress. De som skall springa knatteloppet, 1km eller 3km behöver även ange födelseår. Anmälningsavgiften betalas på pg-nr 22 41 27-1 i samband med anmälan, senast 6 juni.

**Efteranmälan** Efteranmälan mot förhöjd avgift gäller efter den 6/6. Efteranmälan görs via e-post [ljungskileslingan@halleif.nu](mailto:ljungskileslingan@halleif.nu) eller på plats på torget i Ljungskile fredag den 12/6 kl 17-19 eller på tävlingsdagen senast en timma innan start. Efteranmälan betalas kontant eller med swish i samband med nummerlappshämtning.

**Nummerlappar** Hämtas på torget i Ljungskile på fredag den 12/6 från kl 17-19 eller på tävlingsdagen från klockan 09.

**Priser** Samtliga som fullföljer loppet får medalj. Ett **stort prisbord** som lottas ut bland samtliga fullföljande deltagare. Pris till de 3 främsta i varje klass (gäller ej knatteloppet). Observera att prisutdelningen är redan klockan 15.15, dvs 75 minuter efter start på 3km, 5km och 10km.

**Tidtagning** Tidtagning med chip för de som springer 1km, 3km, 5km och 10km. Ingen tidtagning för de som springer knatteloppet.

### Banor

|  | Banlängd | Startavg | E-anm  | Starttid |
|--|----------|----------|--------|----------|
| Knatteloppet (f 2015 eller senare)                 | 200 m    | 50 kr    | 80 kr  | 13.00    |
| Barnens Centrumlopp (flickor, f 2008 eller senare) | 1 km     | 80 kr    | 100 kr | 13.20    |
| Barnens Centrumlopp (pojkar, f 2008 eller senare)  | 1 km     | 80 kr    | 100 kr | 13.40    |
| Ungdom (f 2004 eller senare)                       | 3 km     | 80 kr    | 100 kr | 14.00    |
| Korta Slingan                                      | 5 km     | 150 kr   | 200 kr | 14.00    |
| Långa Slingan                                      | 10 km    | 150 kr   | 200 kr | 14.00    |

Långa slingan är kontrollmätt till exakt 10km.

Samtliga klasser är motionsklasser, det finns inget krav på medlemskap i förening.



# LJUNGSKILE

## *Slingan*



De banor som har tidtagning (1km, 3km, 5km och 10km) är uppdelade i dam- och herrklass.  
Mer information fås genom att gå in på [www.ljungskilefriluftsklubb.se](http://www.ljungskilefriluftsklubb.se), eller genom att kontakta tävlingsledare Martin Burrows, tel 070 - 4828 896, e-post [ljungskileslingan@halleif.nu](mailto:ljungskileslingan@halleif.nu).  
Alla deltar på egen risk. Arrangören fritar sig från all uppkommen skada under loppet.

Välkomna!  
Ljungskile Friluftsklubb och Hälle IF