



PM Lidingöloppet on Tour 8 maj 2019



Välkomna till Jönköping och Hallbystugan onsdagen den 8 maj. En skön mil i härlig skogsterräng. Arrangeras av TCS Lidingöloppet i samarbete med IF Hallby SOK

Klasser: Distans

Män 10 km

Kvinnor 10 km

Efteranmälan: Till förhöjd avgift 300 kr på plats vid Hallbystugans stadion, tävlingsdagen kl 17-18.30. Kontant eller Swish.

Nummerlappar: Utdelas på tävlingsplatsen mellan 17:00 och 18:30

Starttid: 19.00

Seedning till Lidingöloppet: Loppet är seedningsgrundande för dig som ska springa Lidingöloppet 30, Lidingöloppet 15 eller Lidingö Tjejlopp. Tiden skickar du in själv till Lidingöloppet senast den 25/8.

Start och mål: Hallbystugans Stadion

Banan: 10 km i skog på stigar runt Hallbystugan med varierad kupering.

Banmarkering: Banan är markerad med rödvita snitslar och avspärrningsband. Blåvita km-skyltar märkt Lidingöloppet. Banan går i huvudsak på Hallbystugans milspår.

Underlag: Övervägande terrängstig, ca 7,5km (bitvis teknisk) samt elljuspår 1km, grusväg ca 1km, och asfalt 500m.

Kupering: Lätt kupering första 5km, sista 5 km är mer kuperad.

Vätska: Vatten och sportdryck efter 5,5 km och efter målgång.

Omklädning: Hallbystugan

Priser: Bästa dam och bästa herre på 10 km får startplats till valfritt lopp under Lidingöloppshelgen. Fina lottade priser från Lidingöloppets sponsorer, dessutom startplatser till valfri distans under Lidingöloppshelgen 2019. Lottning sker bland alla som fullföljer loppet.

Resultat: Publiceras på hemsidan så snart det är möjligt.

Hitta hit: Hallbystugan ligger 5 km väster om Jönköping, skyltning från rv 40.



PM Lidingöloppet on Tour 8 maj 2019



Upplysningar: <http://www.lidingoloppet.se/sv/site/LLonTour/lopp/jonkoping-8-maj/> ,
eller www.hallbysok.se ,
e-post: skidor@hallbysok.se Tävlingsledare, Krister Rosjö 073-0770969.

Välkomna!