



Äntligen dags igen !

Istrums SK, skidsektionen, inbjuder till

Valle Extreme Run

Tävlingen som genomfördes förra gången 2009 fick massor av beröm. Vi utlovar en tuff bana på ca 10 km och med rejäl kupering, bl.a. upp för Billingen via backen i Greekland. Banan går mestadels på små stigar och grusvägar i fantastiskt vacker natur.

Sponsorer



**TEAM
SPORTIA**

- Datum:** 10 maj.
- Samling:** Vid Flämsslätt Stiftsgård.
- Dusch:** Goda omklädnings och duschmöjligheter i Istrums SK:s klubbstuga i Istrums by ca 6 km från Flämsslätt. På Flämsslätt endast i begränsad omfattning.
- Start:** Gemensam start samtliga klasser kl. 14.00.
- Tidtagning:** Chip runt foten. Chip utdelas från kl. 12 tävlingsdagen.
- Priser:** Till de främsta i tävlingsklasserna. Utlottning av priser i motionsklass. Bergspris efter ca 4,5 km till snabbaste herre och dam.
- Vätska:** Efter ca 4,5 km och i mål.
- Anmälan:** Via bg 652-3773 senast 2014-05-08. Ange namn, adress, eventuell klubb och klass vid inbetalningen. Anmälan på plats mellan kl. 12 och 13 mot förhöjd avgift. Ingen tidtagning för de som anmäler sig tävlingsdagen.
- Avgift:** 100 kr vid anmälan senast 2014-05-06.
150 kr vid anmälan fram till 2014-05-08.
200 kr vid anmälan tävlingsdagen (ingen tidtagning).
- Klasser:** Tävlingsklasser: **M23 / K23** (födda 1975 och senare), **M40 / K40** (födda 1974 och tidigare).
Motionsklass: Alla åldrar.
- Upplysning:** Peter Torgén, e-post peter.torgen@gmail.com
Staffan Pehrson, e-post pehrson.staffan@telia.com



Utsikten vid vätskekontrollen efter cirka 4,5 km där bergspriset fördelas



Backen vid Greekland. Här sällas agnarna från vetet.....



Välkommen till vackra Valle när naturen är som finast.

