



Lidköpings Stadslopp med Friskis & Svettis-klasser Lördag 11 maj 2019

Starttid:

Första start ungdomsklasser: kl 12.30
Stadsloppet / Friskis&Svettis-klasser kl. 13.30

Banbeskrivning:

Start och målgång på IP Framnäs, Framnäsvägen, Lidköping.
Stadsloppet är ett eller två varv på 5 km lång bana på cykelvägar i Framnäsområdet och kring Vänerstranden.
Ungdomsklasserna (F/P 7 – F/P 13) springer på vägar och stigar i Framnäsområdet.
Banan är flack och lättsprungen. Banbeskrivning kommer finnas på hemsidan: <https://www.lidkopingsis.se> .

Klasser:

Stadsloppet

10 km M, M 35, M 40, M 45, M 50, M 55

10 km K, K 35, K 40, K 45, K 50

10 km **Motion / Friskis&Svettis:** Öppen för alla Män / Kvinnor

5,5 km M 60, 65, 70, 75, 80

5,5 km K 55, 60, 65, 70, 75, 80

5,5 km P 15, P 17, P 19

5,5 km F 15, F 17, F 19

5,5 km **Motion / Friskis&Svettis:** Öppen för alla Män / Kvinnor

Alla tävlingsklasser från F/P 15 och uppåt ingår i Furhoffs långloppscup i Västergötland.

Ungdomsklasser:

2,1 km P 11, P 13, F 11, F 13

1,2 km P 7, P 9, F 7, F 9

- Anmälan:** Senast 6/5 på e-mail: info@lidkopingsis.se eller Lidköpings IS, Idrottsvägen 4, 531 30 Lidköping. Anmälningsavgiften är **200 kr** för deltagande i 10 km och **150 kr** för deltagande 5,5 km. För barn/ungdomsklasser upp till 13 år är anm.avgiften **70 kr**.
- Anmälningsavgiften sätts in på Lidköpings Stadslopp, **Bg: 653-7401**. Ange namn, adress, klass, förening, födelseår. Nummerlappar hämtas ut på tävlingsdagen från kl. 09.30.
- Efteranmälan:** Efteranmälan kan göras på IP Framnäs fram till tävlingsdagen mellan kl. 09.30 – 12.00 mot en extra avgift på **50 kr**.
- Priser:** Minnesplakett till alla som fullföljer. Priser till de bästa i varje tävlingsklass. Medalj till de tre bästa i ungdomsklasserna. Utlovningspriser i alla klasser 5.5 – 10 km.
- Omklädning:** IP Framnäs.
- Logi:** För information angående vandrarhem, hotell och campingplatser, kontakta: Lidköpings turistbyrå. Tel: 0510-200 20. Fax: 0510-271 91. www.lackokinnekulle.se. e-post: turist@lackokinnekulle.se
- Information:** Information, PM, starttider och resultat kommer finnas om tävlingarna på vår hemsida: www.lidkopingsis.se
- Tävlingsansvariga, info** Håkan Albinsson 070-231 62 35, Claes-Göran Borg 070-852 33 54,.

Sparbanken
Lidköping



Dina
Försäkringar

vänerteknoab

