



Rådalunken 1-17 km

Lidköpings VSK inbjuder till motionsloppet Rådalunkens den 17 oktober 2021

- Anmälan** Via anmälningsformulär på www.lidkopings-vsk.se, eller på raceid.com.
[Rådalunken \(raceid.com\)](http://Rådalunken.raceid.com)
- Efteranmälan** Kan göras mot förhöjd startavgift vid nummerlappsutdelningen under helgen 15-17 oktober. Betala gärna med Swish.
- Nummerlappar** Vid Rådåsgården under helgen 15-17 oktober samt på tävlingsdagen fram till kl 12
- Start** Från kl 13:00, utanför Rådåsgården.
- Uppvärmning** Vid starten 10 min före varje start.
- Resultat/Priser** Resultat anslås på Rådåsgården och visas online via resultatlänk. Priser till de främst placerade i tävlingsklasserna.
- Övrigt** Banorna är cirka 2 km, 6,5 km, 12 km och 17 km och går främst på anlagda motionsspår. Mål, omklädning/dusch och servering på Rådåsgården.
- Upplysningar** Rådåsgården tel. 0510-143 24, mail: info@lidkoping-vsk.se samt www.lidkoping-vsk.se
- Mål** För samtliga klasser utanför Rådåsgården.
- Tidtagning** CTime ansvarar för tidtagningen. Tidtagning sker med engångschip.
- Vätska** Sportdryck och vatten finns vid samtliga vätskekontroller utmed banan samt vid målgång.
- Sjukvård** Första hjälpen samt hjärtstartare finns på Rådåsgården.
- Ansvar** Allt deltagande sker på egen risk. Banan korsar några vägar, här finns flaggvakter men iakttag försiktighet. Namn, klubb, klass och tid i resultatlistor samt bilder från tävlingen kan komma att publiceras i tidningar och på Internet.
- Parkering** Vid Rådåsgården, Råda skola, Råda kyrka. Funktionärer finns på plats. Begränsat antal platser, samåk gärna.

