



# Skrylloppet med Skryllemilen

lördag den 24 april

3, 5 eller 10 km

Årets motionslopp i skogsterräng

| <u>Klasser</u> | 10 km | klass | J | juniorer | 16 - 18 år       |
|----------------|-------|-------|---|----------|------------------|
|                | 10    |       | 1 | herrar   | 19 - 34          |
|                | 10    |       | 2 | herrar   | 35 - 49          |
|                | 10    |       | 3 | herrar   | 50 -             |
|                | 10    |       | 4 | damer    | 19 - 34          |
|                | 10    |       | 5 | damer    | 35 - 49          |
|                | 10    |       | 6 | damer    | 50 -             |
|                | 10    |       | 7 | motion   | gå - lunka - löp |
|                | 5     |       | 8 | motion   | gå - lunka - löp |
|                | 3     |       | U | ungdom   | - 15             |

**Bana** Skryllegårdens 3, 5 resp 10 km motionsslingor. Banan går huvudsakligen på grus i varierande skogsterräng. 10 km slingan har vätskekontroll och rejäla backar på slutet.

**Starttider** 3 km - kl 10.00 5 km - kl 10.15 10 km - kl 10.30

**Omklädn.** Skryllegården. Nummerlappar hämtar du **senast 45 minuter före start!**

**Anmälan** Gör du till Skryllegården senast den 18 april på bankgiro 556 – 8837.

På vår hemsida finns all information hur du anmäler dig. Din anmälan ska innehålla namn, klass, födelseår, adress och ev klubb/företag. Även på din bankgiroinbetalning anger du namn, klass, födelseår och ev klubb/företag.

*OBS! I och med din anmälan accepterar du att vara med i vår resultatlista på Internet (endast namn, förening och tid). Deltagandet sker på egen risk!*

**Avgift**

|               |           |
|---------------|-----------|
| klass 1- 6    | 150: - kr |
| klass 7 och 8 | 140: -    |
| klass J       | 70: -     |
| klass U       | gratis    |

efteranmälan tävlingsdagen: **50: - kr i extra avgift fram till senast 60 minuter före start**

**Priser** Alla som fullföljer får årets Skrylleplakett.  
Priser till de bästa i klasserna J t o m 6. I klasserna 7, 8 och U lottar vi ut priserna.

**Upplysningar** Motionsreceptionen på Skryllegården, 247 91 Södra Sandby.  
tfn 046 585 25 www.skryllegarden.se