



FJELLHAMAR-STAFETTEN ONSDAG 25.APRIL 2012

Lørenskog Friidrettslag (LFIL) ønsker tidligere og nye lag velkommen til den 66.utgaven av Fjellhamar-stafetten 25.april kl 19:00.
Start og mål ved Metro Senter vs.Mailand vdg. skole.

KLASSER:

Kl.1 Menn senior
Kl.2 Menn junior f.1990-97
Kl.3 Menn veteran f.1977 og tidl.
Kl.6 Kvinner senior
Kl.7 Kvinner junior f.1990-97
Kl.8 Kvinner veteran f.1977 og tidl.
Kl.MB Menn bedrift
Kl.KB Kvinner bedrift
Kl.MIX Sammensatte lag*

ETAPPENE:

1. 1550m flat og slak oppover
2. 600m flat
3. 920m slak ned/ kort brattopp
4. 1340m flat
5. 530m flat
6. 260m flat

VANDREPREMIER:

Menn senior:
2011 Ull/Kisa

Menn veteran:
2007/08 Bøler
2009 LFIL

2010 Runners
2011 SK Vidar

Kvinner senior:
2011 SK Vidar

*Idrettslag, bedrifter og andre som slår seg sammen for å stille lag. Tillatt med løpere av begge kjønn.

NB!NB! NÅ MED ETAPPETIDER !!!

Som vanlig er det topp premiering i alle klasser + fire vandrepremier (må vinnes tre ganger)

Mer info på vår hjemmeside: www.lorenskogfil.no

Eller e.post til lorenskogfil@bluezone.no eller mobil 957 89 519 og 975 21 144

Påmelding med startkontingent kr 1.000,- pr lag innen 20.april til:

LØRENSKOG FRIIDRETTSLAG – POSTBOKS 402 – 1471 LØRENSKOG

En egen ungdomsstafett over 5 etapper vil bli gjennomført i forkant av Fjellhamar-stafetten (se egen innbydelse).

1602 58 77229

LAG	KLASSE

**FJELLHAMARSTAFETTEN 2011
LØRENSKOG FRIIDRETTSLAG
Postboks 402
1471 Lørenskog**

1602 58 77229