



## KM terrengløp 2014



# Innbydelse KM Terrengløp 2014

## Stavollen, lørdag 29.mars kl 14.00

Lørdag 29.mars arrangerer Gneist IL KM terrengløp på markene ved Stavollen Idretts plass.

Underlaget er for det meste gress med noen få partier der det krysses grusveier. Det blir en sugende og tung løype som også skal benyttes under NM terrengløp til høsten.

Anbefalt lengde på pigger til piggsko er 12-15 mm.

Første start er klokken 14:00.

Frammøte (garderober): Stavollen Idretts plass

Distanser og klasser:

14.00	J 15 – 16 år (1998– 1999) 1000 m
14.15	G 15 - 16 år (1998 - 1999) 1000 m
14.30	J 17 - 18/19 år (1995 - 1997 )1500 m
14.45	G 17 – 18/19 år (1995- 1997) 1500 m
15.00	KU23 - KS- KV 2000 m
15.30	MU23- MS- MV 3000 m

Startkontingent: kr. 100.-

Regning sendes til klubbene.

Påmelding: Min idrett (NFIF)

E-post: [gneist.friidret@gmail.com](mailto:gneist.friidret@gmail.com)

Mer informasjon om KM-terrengløp vil en finne på Gneist sin hjemmeside

Påmeldingsfrist: søndag 23.mars

**Vel møtt til KM-terrengløp i NM løypene på Stavollen ved Stend**