

SÄVSJÖMARODÖREN I REPRIS

OBS!! ENDAST FÖR MEDLEMMAR OCH SPONSORER

LÖRDAGEN DEN 28 APRIL 2012

START VID FAMILJEBADET OCH MÅL VID DJURGÅRDSSTUGAN

SIMNING	400 METER I BASSÄNG I FAMILJEBADET
CYKLING	CA 21 KM (från badet via Skepperstad, Hultsjö prästgård, Björnskog, Hjärtlanda till Djurgårdsstugan)
LÖPNING	4,5 KM (från Djurgårdsstugan runt Eksjöhovgårdssjön och tillbaka).
STARTAVGIFT	150 KR inkl badavgift och lunch. Bankgiro 656-4645.
ANMÄLAN	Till vår hemsida kansli@ifksavsjo.se senast den 21 april.
PRIS	20% av startavgiften lottas ut bland deltagarna.

Utdelning av nummerlappar och medlems/sponsorkontroll i Familjebadet från kl 07. 30

SÅ HÄR GÅR DET TILL

START I FAMILJEBADET

- Inlottning i heat om 9 personer.
- Första start kl 08.30. Kom i god tid.
- Tidtagning.
- Startlista och starttider publiceras på vår hemsida den 25 april.

OMSTART

- Kl 10.30 utanför Familjebadet, där cyklarna ställs upp.
- Jaktstart efter resultatet från simningen.

VÄXLING FRÅN CYKEL TILL LÖPNING

- Inom avgränsat område vid Djurgårdsstugan.

DUSCH, MAT, PRISUTDELNING och UTVÄRDERING

- I Djurgårdsstugan.

Alla deltar på egen risk

Gällande trafikregler skall hållas

Cykelhjälm är obligatorisk

PS. Utvärderingen gör vi för att få del av deltagarnas upplevelse av arrangemanget och kolla om intresse finns för en fortsättning.