

DALAPORTENS OL

Inbjuder till 5-kilometersjakten

Lördag till måndag 19-21 september vid Lerbäcksstugan i Krylbo

Lördag - söndag start från 11:00 - målet stänger 16:00.

Måndag start från 17:00 - målet stänger 19:00.

5km promenad och löpstråk i vacker natur eller i Krylbo samhälle!

Sextetten - lag med 6 personer

Lagmedlemmarna promenerar tillsammans eller var och en för sig runt våra 5km banor. Ena banan är lätt och ej kuperad och underlaget är asfalt till största delen. Den andra banan är kuperad och underlaget är till största delen bark och spån. Varje varv en deltagare avverkar genererar en vinstchans (lott) för laget. Vi maximerar till max 36 varv per lag under dagarna.

Anmälningsavgift lag 6 pers: 600:-

Priser Sextetten:

- Presentkort på vesselfärd & fantastiskt julbord på Romme Alpin
- Grundläggande kostrådgivning 90min för hela laget under ledning av Avesta Fitness
- Varje deltagare kan individuellt vinna en träningscykel,
- Spårkort i Åsbo samt
- Fina priser från Team Sportia i den allmänna utlottningen

Duetten - lag med 2 personer

Lagmedlemmarna promenerar, joggar eller springer tillsammans eller var och en för sig runt våra 5km banor. Ena banan är lätt och ej kuperad och underlaget är asfalt till största delen. Den andra banan är kuperad och underlaget är till största delen bark och spån. Varje varv en deltagare avverkar genererar en vinstchans (lott) för laget. (Ingen begränsning av antal varv för laget.)

Anmälningsavgift lag 2 pers: 200:-

Ungdomslag (födda -93 och senare): 140:-

Priser Duetten:

- Presentkort för halvårs träning på MT gym för 2 personer
- Presentkort på vesselfärd & fantastiskt julbord på Romme Alpin för 2 personer
- Bootcamp 10ggr för 2 personer hos Avesta Fitness
- Skiddagar för 2 personer på Romme Alpin
- Spårkort på konstsnöspåret i Åsbo för 2 personer samt
- Varje deltagare kan individuellt vinna en träningscykel och fina priser från Team Sportia i den allmänna utlottningen

Singeln

Du promenerar, joggar eller springer ensam på 5km banan fritt antal varv.

Anmälningsavgift: 60:-

Ungdomar: (födda -93 och senare): 40:-

Priser Singeln:

Varje deltagare kan individuellt vinna:

- en träningscykel,
- Spårkort i Åsbo samt
- Fina priser från Team Sportia i den allmänna utlottningen

Dam resp. herre med flest antal varv i klasserna **Duetten** eller **Singeln** erhåller speciellt pris.

Samvaro

Möjlighet till trevlig samvaro vid grillplatsen eller loftet! Vi grillar och ni äter; det finns korv, hamburgare, dryck och kaffe att köpa!

Övrigt

I den allmänna utlottningen ges endast 1 lott/deltagare oavsett antal varv. Kartor över bansträckning och detaljerade regler finns på Dalaportens hemsida från mitten av augusti. Dusch i Lerbäcksstugan. Ev. vinstskatt betalas av vinnaren.

Anmälan till **Sextetten** senast den 13 september till info@dalaporten.se alt. via telefon till Lisa 070-7757205.

Ange: Lagnamn, personer och faktureringsadress. Anmälan samt betalning för **Duetten** samt **Singeln** sker direkt på plats i Lerbäcken innan er första start.



AVESTA FITNESS

MT's
MOTIONSCENTER

Se även www.dalaporten.se
VÄLKOMNA!!

TEAM SPORTIA

Din Sport och Fritidsbutik i Avesta

