

# SILVERLEDEN PÅ 1 DAG

64 km härlig terränglöping

(7,5-64 km)

Lördag 2 juli 2016

Start och mål vid Hurligtorget i Hällefors

Kom och spring för att det är kul, hela sträckan eller så länge du orkar.

Det kommer att finnas mat/vätskekontroller ungefär var 9: e km. Där kan man även snika skjuts tillbaka om löparglöden svalnat och kroppen inte vill det hjärnan kräver.

## Racetid

Starttid 08:00, vätskekontrollerna stängs succesivt och målet stänger kl 20:00.

## Anmälan

Senast 15 juni via mail till: [silverleden@gmail.com](mailto:silverleden@gmail.com)

Ange namn, adress, post.nr, ort, och mobiltelefonnummer

Anmälningavgiften är 400 kr fram till och med 2016-05-31 därefter är den 500 kr. Anmälningavgiften tas ut för att täcka kostnader för mat/vätskekontroller och transporter. Den ska betalas in via bankgiro 5699-0336 i samband med anmälan.

## Middag

Gemensam middag kommer att avnjutas kl.21:00. Plats, meny och priser kommer att presenteras närmare raceday.

## Upplysningar

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

Claes Frisk 070-5834848

Jörgen Ekman 070-7242129

Hurligtorget  
Start & Mål

Krokborn  
Vätska 8