

**INBJUDAN  
TILL  
*FRÖVILOPPET 2010-06-19*  
Ingår i Löpex Sport Långloppscup**

Start och mål vid Näsbyvallen Elljusspåret i Frövi.

10km-banan går omväxlande på terrängspår, cykelvägar, och gator.

Övriga sträckor går på terrängspåret.

<b>Klass.</b>	<b>Distans</b>	<b>Avgift</b>	<b>Starttid</b>
F/P 7 03-	500m	50:-	10.00
F/P 9 01-02	750m	50:-	10.15
F/P11 99-00	1,5km	50:-	10.30
F/P13 97-98, F/P 15 95-96	3km	80:-	10.45
F/P17, 93-94 F/P19 91-92	5km	100:-	11.00
Motionsklass män och kvinnor	5km	100:-	11.00
Tävlingsklass män, Tävlingsklass kvinnor	10km	130:-	13.00
Motionsklass män och kvinnor	10km	130:-	13.00

Lagtävling motionsklass 10km 3-mannalag anmälan på plats.

Vandringspris till bästa "Frövibo" Herr och Dam 10 km.

**Priser:** Plakett till samtliga som fullföljer tävlingen.  
Hederspriser till de främsta i tävlingsklasserna.  
Utlottade priser till övriga fullföljande.  
Priser till samtliga i ungdomsklasserna.

**Upplysning:** Jan Bragner 0581-30847  
Erik Spjut 0581-71112

**Anmälan:** På Bankgiroblankett i samband med inbetalning av  
Anmälningsavgift eller skicka anmälan till:  
Frövi IK  
Erik Spjut  
Gällingsjötorp Berghalla 108  
71192 Vedevåg  
E-Post: [erik.spjuth@telia.com](mailto:erik.spjuth@telia.com)  
[058130847@telia.com](mailto:058130847@telia.com)

Ange namn, födelseår, klass och ev. klubb (krav i tävlingsklass).

Avgiften inbetalas på Bankgirokonto 327-0360 Frövi IK Friidrott.

Anmälan skall vara oss tillhanda senast lördagen den 12 Juni.

**Efteranmälan:** Fram till en timme före start. Efteranmälan 50:- extra.  
Ungdomsklasser 20:- extra.

Deltagande sker på egen risk.

**Välkomna**  
Frövi IK Friidrott  
Frövi IK Skidor

