



## Örebro AIK inbjuder till DM och VDM i terränglöpning

**lördagen den 7 november 2015**

### Start och mål

Tävlingen arrangeras i Ånnaboda. Start och mål framför SM-stugan, på gräsplanen nedanför Kilsbergen konferens & lodge. Gratis parkering finns.

### Banan

Varvbana 2 km. Underlag gräs.

### Omklädning

Omklädningsrum och dusch i längan bakom (ovanför) Kilsbergen konferens & lodge.

### Deltagare

DM-tävlingen är öppen för löpare i förening ansluten till Svenska Friidrottsförbundet. Övriga löpare är välkomna i motionsklasserna.

### Klassindelning och starttider

Klass	Distans	Starttid	Avgift
KS, K35-K85+	8 km	10.30	100 kr
M60-M85+	8 km	10.30	100 kr
MS, M35-M55	12 km	12.00	100 kr
Ungdomsklasser*	4 km	10.30	60 kr
Motionsklass	8 km	10.30	100 kr
Motionsklass	12 km	12.00	100 kr

Lagtävling enligt gällande regler för DM.

\*Ingår ej i DM.

### Anmälan

Senast söndagen den 1 november via e-post till [kansliet@orebroaik.se](mailto:kansliet@orebroaik.se)

Ange namn födelseår, klass samt eventuell förening i anmälan.

Anmälningsavgiften är 100 kr för vuxna och 60 kr för ungdomar. Inbetalning sker till plusgiro 66 79 60-9 i samband med anmälan. Ange Terräng-DM.

Efteranmälan senast 30 min före respektive grenstart mot dubbel avgift.

### Priser

DM-/VDM-plaketter i alla klasser delas ut av Närkes Friidrottsförbund i SM-stugan. Prisutdelning i samtliga klasser sker när samtliga löpare gått i mål.

### Försäljning

Kilsbergen konferens & lodge har kiosk samt restaurang/café.

### Upplysningar

Andreas Wendin: 070-671 42 82 alt.  
[a.wendin@gmail.com](mailto:a.wendin@gmail.com)

**Välkomna önskar Örebro AIK**