

# Niliterrängen 2013

med **Lapplands Långlopp 30 km**



**Lördag 15 juni**

**Start och mål:** Nilivaara IP, Nilivaara. 6 mil nordost om Gällivare.

<b>Sträckor</b>	<b>Klasser</b>	<b>Starttider</b>
30 km	Män, Kvinnor (öppna klasser)	11.00
800 m	Pojkar/Flickor 0-8 år	12.00
1,5 km	P/F 9-10, 11-12 år	12.15
3 km	P/F 13-14, 15-16 år	12.15
5 km	M, K, P/F 17-18 år, Motion M/K	12.30
10 km	M, K	12.30

**Underlag 30 km** (1 x 30 000 m): Skogsstigar (19 000 m), skogsvägar (8600 m), asfalt (2400 m). Omväxlande genom norrländskt skogslandskap.

**10-5-3-1,5 km:** Skogsstigar. **800 m:** Gräs.

**Kontroller:** Sportdryck och vatten (Åtta kontroller på 30 km, tre på 10 km, en på 5 km).

**Mat:** Serveras till löparna efter loppet till en kostnad av 50 kr (ingår i avgiften 200 kr på 30 km). **OBS! Uppge vid anmälan om mat önskas.**

## **Information och anmälan (senast 9 juni):**

Tel: 0970-153 34, 076-800 29 75, 0975-211 66, 210 54, 073-044 54 31, E-post: [gote.josefsson@comhem.se](mailto:gote.josefsson@comhem.se). **Uppge klass, födelseår och förening.**

**Avgift:** 0,8 km, 1,5 och 3 km: 60 kr. 5 km: 100 kr. 10 km: 120 kr. 30 km: 200kr. Sätts in på bg.nr: 751-8921 (Nilivaara IS) senast den 9 juni . Ange Niliterrängen. Eller betala kontant på plats.

**Efteranmälan:** Från 10:e juni. Senast en timme före start. **Tillägg: 40 kr.**

**Medalj från Jokkmokkstenn! Fina priser! En härlig löparupplevelse!**

*Ingår i Löparsjuan.*

*Deltagande sker på egen risk.*

*Svenska Friidrottsförbundets regler gäller.*

*Välkommen på löparfest!*

**Nilivaara IS**