



TERRÄNG-DM 5 OKTOBER

Kongahälla AIK bjuder in till Terräng-DM 5 oktober

Terräng-DM 2024 arrangeras sedan vanligt i Fontinsbogen med böljande stigningar som kräver en balans mellan snabbhet och styrka.

Distanser:

Kvinnor/Män 4,0 km / 10,1 km

F19/P19 4,0 km

F17/P17 4,0 km

F15/P15 4,0 km

F14/ P14 2,1 km

F13/ P13 2,1 km

F12/ P12 2,1 km

Startavgift: 130 kronor (faktureras föreningen)

Tidsprogram, PM & Startlistor finns på www.kaik.nu.

Anmälan: Senast 30 september via länken nedan

Efteranmälan kan göras till kaik.friidrott@gmail.com fram till 3/10 kl 22:00 i mån av plats och mot dubbel avgift. Ingen efteranmälan därefter. Vid avanmälan efter 30/9 debiteras föreningen full avgift.

MAXI-loppet genomförs samtidigt med klasser för yngre barn och för de som inte är anslutna till en förening.

[ANMÄL DIG HÄR](#)