



# IK Granit

## Inbjuder till Luciamarathon 2010

- Tävlingsdag:** Lördagen den **11 december 2010**
- Start och mål:** Bovallstrands skola
- Startid:** Kl. 11:00, samtliga klasser
- Klassindelning:**
- |  |                |
|--|----------------|
| Män, M35, M40, M45 osv., Män motion (klass 10)         | <b>42 km</b>   |
| Kvinnor, K35, K40, K45 osv., Kvinnor motion (klass 11) | <b>42 km</b>   |
| Män (klass 12), Kvinnor (klass 13)                     | <b>21 km</b>   |
| Män (klass 14), Kvinnor (klass 15)                     | <b>10,5 km</b> |
| Män (klass 16), Kvinnor (klass 17)                     | <b>5,2 km</b>  |
- Betalning och anmälan:** På plusgiro 181475-5, IK Granit.  
Ange namn, klass och ev. förening och födelseår på talongen, och/eller via mail: [ikgranit@hotmail.com](mailto:ikgranit@hotmail.com) senast måndag 6 december.  
Anmälan är giltig först när betalning skett. Samtliga deltagare ställer upp på egen risk.
- Banan:** Banan mäter 5275 m och löps i åtta, fyra, två eller ett varv. Banan går i samhället Bovallstrand, på motionsspåret och runt Stensnäs med utsikt mot skärgården och Bottnafjorden. Underlag: asfalt, motionsspår med grus.
- Vätska:** Vätskekontroll vid varvning/målgång. Där serveras sportdryck, coca-cola, vatten, russin, bananer, kex mm
- Anmälningsavgift:** 42 km: 250 kr, 21 km: 200 kr, 10 km: 150 kr, 5 km: 50 kr.
- Nummerlappar:** Nummerlappar hämtas tävlingsdagen i Bovallstrands skola, kl. 9:00 till 10:30.
- Efteranmälan:** Efteranmälan görs i Bovallstrands skola senast kl. 10:30. Kostnad för efteranmälan: 100 kr för 42 och 21 km samt för 50 kr 10 och 5 km.
- Omklädning/Dusch:** Bovallstrands skola
- Servering:** Enklare servering i Bovallstrands skola: smörgås, kaffe, glögg, pepparkaka etc.
- Priser:** Plakett till alla fullföljande och priser till de tre bästa i alla klasser. Prisutdelning 5 och 10 km: ca kl. 13.00.  
Prisutdelning 21 och 42 km: ca kl. 14.30.
- Upplysningar:** Thomas Eliasson, tfn 031-7082656 eller vår hemsida: <http://www.idrottonline.se/sotenas/ikgranit-friidrott>
- Karta med banan läggs ut på hemsida.



**IK  
GRANIT**