

Officiellt seedningslopp för:

LIDINGÖ LOPPET

Xtreme Running
bästa förberedelsen inför
Lidingöloppet

Runners Store och Sundbybergs IK
presenterar 2009 års version av

XTreme Running

**XTreme Running är en tävling för
Terränglöpare som gillar tuffa tag
Distansen är 15 km**

**Banan går på en av de mest krävande
löpslingorna som finns i Stor-Stockholm.
Start och mål är beläget vid Ursviks Motionsgård.
Tävlingen med start onsdagen den 22 april
omfattar 7 st lopp och avslutas söndagen den
20 september med gemensam start.
Välkomna!**

OBS! NYHET 2009 VI BYTER TÄVLINGSDAG TILL ONSDAGAR

Tävlingsdatum 2009

Kvaltävlingarna onsdagar:

22/4, 6/5, 20/5, 10/6,
12/8, 26/8, 9/9.

Final

Söndagen 20/9 kl 10.00 med
Gemensam start.

Anmälan

Kvaltävlingarna

Du anmäler dig direkt på plats
vid starten intill Ursviks Motions-
gård, som ligger vid E18 ca
700 m från Hallonbergens
Centrum. Du kan starta när du
vill mellan kl. 17.00 – 18.30 och
du väljer själv om du vill starta
ensam eller springa tillsammans
med andra löpare. Startavgiften
är 50:-/lopp som betalas kontant
när du anmäler dig.

Finalloppet 20 september

Har du deltagit i 5 av 7 kval-
lopp är du direktkvalificerad till
finalloppet. Du är också
kvalificerad om du har en av
de 10 bästa tiderna totalt för
herrar respektive damer.

Är du inte direktkvalificerad kan
du anmäla dig genom att betala
in 150:- till plusgiro 462 08 49-2
senast den 14 september.

Nummerlappar

Du erhåller nummerlapp vid din
första start för året. Samma num-
merlapp har du även i följande
kvallopp. Deltar du i finalloppet
hämtar du nummerlapp vid start-
området 1 timme före start.

Vätska

Vatten och sportdryck finns vid
5 km och 10 km.

Resultatlistor

Anslås på informationstavlan vid
starten dagen efter loppet och
finns på klubbens hemsida
www.sik.org

Övriga upplysningar

Får du genom Ursviks Motions-
gård. Tel. 08-706 82 31.
E-post: motionsgarden@sik.org



Vänd ►

PRISER

Vid varje kvallopp utlottas ett antal presentkort, som kan lösas in hos Runners Store Vasagatan 16, Stockholm. Vid de fyra första kvalloppen utlottas även fristarter i Lidingöloppet 2009.

Löpare med tid under 60 minuter (herrar) och 70 minuter (damer) erhåller ett prestationspris med text **XTreme Elit** (endast ett tillfälle per år). Vid finalen 20 september utdelas hederspriser till de främsta av herrar och damer, samt utlottas presentkort bland övriga deltagare.

	Herrar	Damer
Elit	< 60 minuter	< 70 minuter

**GLÖM INTE XTREMEFINALEN 2009
SÖNDAGEN 20 SEPTEMBER!**



Bästa priserna i Sveriges största löparbutik

Hos oss får du Sveriges största utbud av löparskor, -kläder och utrustning. Året runt ger vi dig som är intresserad av löpning inspiration för din träning. Gå med i medlemsklubben RS-Club som ger:

10 procents rabatt i butiken. Rabatten gäller ordinarie priser i butiken på Vasagatan 16 i Stockholm.

15 procents rabatt på Internet. I vår internetbutik handlar du alltid till bästa priser med 15 procents rabatt på ordinarie priser.

Medlemsavgiften är 300 kr och gäller i ett år.

WE LOVE RUNNING

runnersstore.se
Vasagatan 16, Stockholm

