

A.S.K-MILA 2016

samt 5000m og halvmaraton

**Aktiv Skøyteklubb innbyr til banelangløp på Valle Hovin
torsdag 10. mars 2016 for 32. gang**

Både "Mila" og halvmaraton går etter NSF's regler for skøyteløp mht. "trafikkreglene" på isen, langdistansemerket og gullstatuetten m.v.

Distanser/Starttider/klasser:

5.000m/ 10.000m kl.18:00 Pulje 1; 10-12 år, juniorer og eldre

10.000m/ halvmaraton kl.19:00 Pulje 2; "de antatt raskeste løperne"

Startkontingent: kr. 150,- for alle, også ASKs løpere.
HELST INNEN 8/3 til konto 9003 05 27363. Merk innbet. ASK-mila.

Deltagermedalje: Utdesles på banen umiddelbart etter målgang.
Plakett for 10. gangs deltagelse (deles ut senere).

Påmelding:

FORHÅNDSPÅMELDING INNEN 8/3

Vi ønsker å ha startlistene klare før kl 17 da vi ikke har tilgang på kopimaskiner osv. i ombyggingperioden.

1) Via vårt nettbaserte påmeldingssystem.

Linken legges ut på vår hjemmeside www.aktivsk.no under Arrangementer sesongen 2015/2016. Tips til påmelding. For å åpne linken (Ctrl+ klikk linken). Velg først klubb. Fyll deretter ut skjema. Vennligst oppgi e-post adresse selv om "systemet" sier det er valgfritt. (Kun vi som arrangør ser den).

2) På lista i kafeen på Valle Hovin

Linken åpen for etteranmelding til onsdag kl. 18. Det er begrenset mulighet for påmelding i sekretariatet løpsdagen.

Sekretariat:

Åpent fra kl. 17:00 i Kafeen på Valle Hovin. Utdeling av løpernummer og evt. betaling av startkontingent
Kontaktperson: Heidi Støen, mobil 414 33283.

Vel møtt på Valle Hovin!

Møt opp i sekretariatet for å hente løpernummer før start!