

ENGELSKA MILEN (1609,344 M)

Deltävling 2 i inneserien

TORSDAGEN DEN 23 JANUARI 2020

TYBBLELUNDSHALLEN, ÖREBRO

Första start kl. 19.00

Ung eller äldre
Man eller kvinna
Flicka eller pojke
Bra eller bättre
och
alla ni andra...

Kom och spring din egen "drömmil",
Under 4 eller 5 eller 6 eller 7 eller ... minuter!!!!

- Anmälan: Till info@windathletics.se SENAST SÖNDAG 19 JANUARI
Skriv en tänkbar tid, för seedning i "rätt" heat.
- Avgift: 50:- Betalas till bankgiro: 5726-0713, Åsbro GoIF
Efteranmälan: 100:- per lopp ("knöligt" med seedning, därför extra dyrt...)
- Priser: Pris efter fyra genomförda inloppen: 1000 m, 1 mile, 2000 m och 3000 m.
Tiderna jämförs med hjälp av WMA:s omräkningstabell,
som jämför olika åldrar, män-kvinnor, pojkar-flickor.
De tre bästa loppen räknas i poängsammandraget.
- Upplysningar: Börje Nordin, tel. 073-028 21 34
- Tidsprogram: Första start 19.00. Sedan ett heat var 10:e minut.
Beräknad sluttid cirka 20.00
- Övrigt: Träning i hallen kan genomföras "som vanligt", dock inte på rundbanorna under loppen.
- Arrangörer: Åsbro GoIF – IF Start – Östansjö SK – KFUM Örebro