INBJUDAN

TRIATHLON

Lördag 8 augusti 2009

Samling kl.09.00 – 9.30 Broddetorps Idrottshall.

Kort bana: simning 150 m, löpning 2,5 km och cykling 8 km. Start **Bjärsjön** kl.11.00. **4 klasser:** Dam**,** Herr och ungdom födda 1993 eller senare samt Lag.

Lång bana: simning 300 m, löpning 9 km och cykling 22 km.. Start **Bjärsjön** kl.11.15 **3 klasser:** Lag, Dam och Herr.

Samåkning till Bjärsjön . Löpning i varierande terräng. Cykelväg asfalt. **O.B.S Hjälm**

Bilda lag för dig som inte vill tävla ensam, laget uppdelat på tre och en på varje sträcka.

Alla kan bilda lag! t ex familjen, föreningar, företag, skolklassen m m.

Fina priser med bl.annat presentkort m.m. minnesmedalj till alla som fullföljer.

Anmälan före den 3 augusti **: Startavgift 100 kr, ungdom 50 kr samt lag 100 kr**

Senare eller direktanmälan**: Startavgift 150 kr. (** gäller ej ungdom **)**

Anmälan och vid frågor Kent 0500-491388/070-2217544. Fredric 0500-491134/047085751 Johan 0500-491414/0500783308 alternativt anmälan via bankgiro 5707-6358 Märk ”Iron Man” och vad du önskar deltaga i.

Välkomna

Arrangör Broddetorps GoIF. **Deltagande sker på egen risk**.