






Velkommen til

UKI-karusellen 2018



lørdag 14. april kl. 14.00 på Jessheim friidrettsstadion

		 Ordinær karusell	 Ungkarusell	 Barnekarusell	Mosjonskarusell
1	Lørdag 14. april «UKI-løpet» Første start:	3 km veg kl. 15.00	600 m veg kl. 14.35	200 m kl. 14.00	3 km veg kl. 15.00
2	Tirsdag 8. mai	5 km terreng	5 km terreng	300 m m/hinder	5 km terreng
3	Torsdag 31. mai	1500 m bane	60 m	200 m	4 km terreng
4	Tirsdag 19. juni «Hinderfestival»	Hinderløp på bane. Diverse høyder og distanser Alternativt: 8 km terreng			
5	Lørdag 1. sept. «Norgesløpet»	10 km/5 km	5 km, alt. runder	Runder	5 km
6	Torsdag 27. sept.	800 m bane	800 m bane	200 m	2 km terreng

Karusell for funksjonshemmede:
Vi tilrettelegger lengden på løypene så de passer for hver enkelt.
Tidtaking om det ønskes.

Start 1. løp 14. april kl. 14.15.

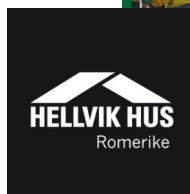
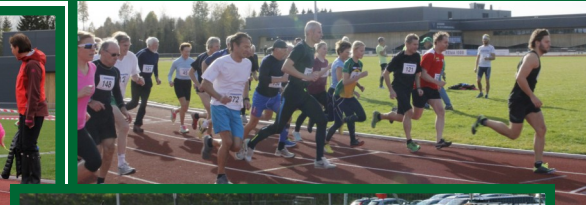


For de yngste blir det i tillegg til løp anledning til å prøve hopp og kastøvelser

Startkontingent (lisens inkludert):

Barnekarusell 0-9 år kr. 300,-
Ungkarusell 10-14 år kr. 400,-
Ordinær karusell 15+ kr. 700,-
Mosjonskarusell kr. 500,-
Karusell for funksjonshemmede kr. 400,-

Etteranmelding løpsdagen kr. 50,- ekstra
Startavgift for ett enkelt løp: Varierer i ulike løp
Barnekarusell kr. 50 - 100, øvrige kr. 150 - 400



Påmelding innen mandag 9. april

Se www.ullkisafridrett.no for påmelding via internett eller via bankgiro eller nettbank konto 1606.10.29056

Husk å oppgi navn, fødselsår, klubb og e-postadresse om du har. Merk med karuselltype: Ordinær/Ung/Barn/Mosjon eller

For mer informasjon/ påmelding, se

www.ullkisafridrett.no

eller kontakt Nils Kristen Wiig,
Tlf. 950 83 927

E.post nils.wiig@gmail.com