



Eskilstuna IK Triathlon arrangerar

Vintertriathlon

löpning – cykling – skidåkning

Söndagen den 1 februari

Ett motionslopp i och omkring Vilsta.
Omklädning och anmälan sker i Vilsta Sportcafé.

Klasser	Löpning/cykel/skidor	Starttider	Avgift
Motion lång dam/herr	10km/20km/10km	11.00	50:-
Motion kort dam/herr	5km/10km/5km	11.00	50:-

Anmälan

Föranmälan sker till eik_triathlon@hotmail.com eller **016-42 24 23**. Anmälningsavgiften betalas på plats minst en timme innan start. Vid direktanmälan tillkommer en avgift på 20 kr. Vid sjukdom eller annat betalar föränmäld ingen avgift.

Banbeskrivning

Löpningen sker utefter grus och asfaltvägar med vinterunderlag. Det är en varvbana 2*5km. **Cyklingen** körs på samma bana, men 4 varv. MTB är lämpligt att cykla på. **Skidåkningen** sker på en kuperad 4*2,5km varvbana. Endast klassisk åkning är tillåtet. Kort motion kör hälften av varven.

Information

Allt tävlande sker på egen risk. Godkänd cykelhjälm måste bäras av samtliga deltagare under cykelmomentet. Inga banor är avspärrade, utan de tävlande kommer att få ta hänsyn till andra som motionerar och gällande trafikregler. Medtag gärna en handduk eller mattbit för att stå på. Maxtid är 4 timmar. **Obligatorisk tävlingsgenomgång sker klockan 10.15**. Vid snöbrist eller sträng kyla skjuts loppet upp. Vid osäkerhet, ring 070-623 97 74.



TRIATHLON

Vid frågor och anmälan:

Robert Malmström

016-42 24 23, 070-623 97 74

eik_triathlon@hotmail.com