



Välkommen till
Blodomloppet
i Västerås



Västerås FK arrangerar i samarbete med Blodcentralen nu för 14:e gången, detta motionsarrangemang måndagen den 28 augusti 2017 med första start kl. 18.00. Man går, lunkar eller springer 5 eller 10 km. Start och mål sker på Rocklunda området, fotbollsplanerna norr om ridhuset.

- Distanserna är 5 km eller 10 km med tidtagning.
- Start 10 km 18.00 och 5 km 18.25. Flera startgrupper i varje klass.
- Särskild promenadklass 5 km utan tidtagning.
- Nytt för i år **Lilla blodomloppet** med start 17:15 ca 500m. Mer info på vår hemsida senast januari 2017.
- Picknickkasse till alla som ingår i ett lag om 5 deltagare.
- Valfri distans för lagdeltagarna.
- Gemensam uppvärmning före start
- Vätskekontroller ute på banan och vid mål.
- Medalj och T-shirt till alla deltagare.

Anmälan. Det går att anmäla sig individuellt eller som ett lag om 5 st. När du anmäler och betalar för ett lag får ni en välfylld picknickkasse. Anmäl dig via internet www.blodomloppet.se., betala på pg 203845-3 eller bg 5682-6019. Startavgiften är 280 kr, men om man är blodgivare, då betalar man 240 kr (40 kr rabatt). Lagavgiften är 1400 kr, men för varje person i laget som är blodgivare får man 40:- rabatt. Varje lag består av 5 personer. **Om man vill ändra sträcka eller deltagare på tävlingsdagen kostar det 100 kr.**

Sista anmälningsdag är 21/8.

Efteranmälan kan göras på www.blodomloppet.se fram till 22 augusti och i samband med nummerlappsutdelningen eller vid starten på tävlingsdagen mellan 15:00-17:30. Vi tar ut en efteranmälningsavgift på 100 kr extra/person. OBS. Ingen efteranmälan för lag.

Nummerlapp och T-shirt kommer att delas ut.

- Torsdagen den 24 augusti i Westinghouse Arena 08:00-18:00
- Fredagen den 25 aug 10:00-18:00 och lördagen den 26 aug 10:00-16:00 plats meddelas senare
- Tävlingsdagen 28 augusti från kl. 15:00 vid starten.
- **Om ni hämtar ut för ett lag, ta reda på vilka storlekar era kamrater har.**

Frågor besvaras av Västerås FK på telefon 021-13 59 60 eller www.blodomloppet.se