



FEMMANS MULTISPORT RACE SM'10

VÅGAR DU MÄTA DINA KRAFTER PÅ RIKTIGT?

Löpning · Paddling · Cykling · Äventyr
Göteborg 18 september 2010

Vågar du anta utmaningen och testa dina gränser?
Multisport är en uthållighetsidrott där man tävlar
i flera olika grenar i en följd.

Tävlingsinfo: www.femmansmultisportrace.se
Utrustningstips: www.femmanssport.se

– Femmans Multisportrace 2010 – ANMÄL DIG NU!

Den 18 september arrangerar FK Herkules tillsammans med Femmans Sport en utmanande multisporttävling i naturreservatet Vättlefjäll.

KLASSER OCH LAG

Man tävlar i tvåmannalag och laget måste hålla ihop under hela tävlingen (företagsklassen 2-6 personer med avbytare).

SM/Elit: Dam, Herr och Mix.

Sprint: Dam, Herr, Mix samt Företagsklass

Motion: En klass för alla oavsett kön.

Ungdom: En klass för alla t.o.m 16 år.

BANALTERNATIV

Bana	Cykel	Löpning	Kanot	Inlines	Totalt
SM/Elit	ca 3 tim	ca 2 tim	ca 2 tim	ca 1 tim	8 tim
Sprint/Företag	ca 1 tim	ca 1 tim	ca 1 tim		3 tim
Motion	ca 30 min	ca 30 min	ca 30 min		90 min
Ungdom	ca 30 min	ca 30 min	ca 30 min		90 min

ANMÄLAN

Sista anmälan är 5 september och sker uteslutande på hemsidan www.femmansmultisportrace.se Efteranmälan är möjlig till förhöjd avgift.

Datum	Elit	Sprint	Företag	Motion	Ungdom
T.o.m 5/9	800 kr	600 kr	1000 kr	600 kr	200 kr
T.o.m 14/9	1000 kr	800 kr	1200 kr	800 kr	300 kr

KANOTUTHYRNING

Vi kan tillhandahålla kanadensare och kajaker med paddlar och flytvästar till er som inte har egna. Detta anges i samband med anmälan på hemsidan. Observera att antalet i viss mån är begränsat och därmed kan ta slut. Mer information finns på hemsidan. I ungdoms- och företagsklassen ingår kanadensare i anmälningsavgiften.

PRISER

Prisutdelning med fina varupriser från bland annat Femmans Sport till de främsta i varje klass samt mängder av utlottade priser bland alla som fullföljt tävlingen. Dessutom utdelning av SM-plaketter samt utdelning av priser till de totala vinnarna av Svenska multisportcupen.

Frågor till info@femmansmultisportrace.se, tävlingsledare Martin Rådbo på 031-54 54 80. Frågor kring anmälan och betalning besvaras av Peter Hallenberg på 0702-50 57 02.

HUVUDSPONSOR:



FEMMANS SPORT

Femman, nedre plan i Nordstan, Göteborg
Tel 031-15 55 18 www.femmanssport.se