



# Akveduktsjoggen



Utmana dig själv, dina arbetskamrater, grannar och vänner!  
Välkommen att springa runt den vackra sjön Höljen, med start och mål i Håverud.

Akveduktsjoggen, som arrangeras av Häfrestörms IF, kommer att vara en del av Kanalyrans söndagsaktiviteter i Håverud

- Datum** Söndag 8 juli 2018. Start är kl. 14.00 vid The Visitor i Håverud.
- Klasser** Herr- och damklass 8 km. Avgift 100 kr.  
Herr- och damklass 4 km. Avgift 100 kr.  
Pojk- och flickklass 13 år, 1,5 km (födda 2005-2007). Avgift: 50 kr.  
Pojk- och flickklass 10 år, 1,5 km (födda 2008 eller senare). Avgift: 50 kr.
- Råmeo** Personalklubben RÅMEO sponsrar i år sina medlemmars startavgift. Uppge medlemskap (p-nr) vid anmälan.
- Anmälan** Anmälan görs senast den 27 juni 2018 genom att sätta in startavgiften på bankgiro **5115-0159** och skicka e-post till [eva.gerden@mellerud.se](mailto:eva.gerden@mellerud.se) där du uppger ditt namn och födelseår.
- Sent ute!** Efteranmälan kan göras senast 1 timme före start mot en extra avgift på 50 kr.
- Nr-lappar** Nummerlappar hämtas vid målet vid Kanalmuséet i Håverud.
- Priser** Priser till de 3 främsta i alla klasser. Medaljer till samtliga löpare.
- Omklädning och dusch** På Håvåsens IP i Åsensbruk finns möjlighet till omklädning och dusch. Det är cirka en kilometer från start och mål.
- Kontaktperson:** Eva Gerdén, Mobiltelefon: 073-674 57 89

# Akveduktsjoggen



Utmana dig själv, dina arbetskamrater, grannar och vänner!  
Välkommen att springa runt den vackra sjön Höljen, med start och mål i Håverud.

Akveduktsjoggen, som arrangeras av Håfreströms IF, kommer att vara en del av Kanalyrans söndagsaktiviteter i Håverud

- Datum** Söndag 8 juli 2018. Start är kl. 14.00 vid The Visitor i Håverud.
- Klasser** Herr- och damklass 8 km. Avgift 100 kr.  
Herr- och damklass 4 km. Avgift 100 kr.  
Pojk- och flickklass 13 år, 1,5 km (födda 2005-2007). Avgift: 50 kr.  
Pojk- och flickklass 10 år, 1,5 km (födda 2008 eller senare). Avgift: 50 kr.
- Romeo** Personalklubben ROMEO sponsrar i år sina medlemmars startavgift. Uppge medlemskap (p-nr) vid anmälan.
- Anmälan** Anmälan görs senast den 27 juni 2018 genom att sätta in startavgiften på bankgiro **5115-0159** och skicka e-post till [eva.gerden@mellerud.se](mailto:eva.gerden@mellerud.se) där du uppger ditt namn och födelseår.
- Sent ute!** Efteranmälan kan göras senast 1 timme före start mot en extra avgift på 50 kr.
- Nr-lappar** Nummerlappar hämtas vid målet vid Kanalmuséet i Håverud.
- Priser** Priser till de 3 främsta i alla klasser. Medaljer till samtliga löpare.
- Omklädning och dusch** På Håvåsens IP i Åsensbruk finns möjlighet till omklädning och dusch. Det är cirka en kilometer från start och mål.
- Kontaktperson:** Eva Gerdén, Mobiltelefon: 073-674 57 89

