

Bråttåbjønnj 2013

Søndag 23. juni

Start fra kl. 15



**Kom og delta på årets
uhøytidelige idrettsbegivenhet
som markerer slutten på Orkanger 2013.**



Premier til alle

Premier til alle

**Stafett og individuelt.
Svømming, sykling og løping.**



www.orkanger-if.no

STAFETT

Etapper



1. etappe:

100 meter svømming i Gammelosen

2. etappe

4,4 km. sykling - 2 runder rundt Gammelosen

3. etappe:

2,2 km. løping - 1 runde rundt Gammelosen

Tidspunkt

Stafetten starter kl. 15 i sørenden av Gammelosen

Hvem kan delta?

Familielag, bedriftslag, skoleklasselag, foreningslag, artiglag med premiering av beste kreative innslag....
Aldersgrense 12 år.



Utstyr

På sykketappen er det kun tillatt med Offroad med min 2" dekk!
Hjelm på syklingen er påbudt!

Påmelding

Før kl. 14:30 i startområdet.
Pris kr. 200,-

*Få med
deg
familie,
venner,
kolleger,
medelever*



INDIVIDUELT

Bli med i konkurransen om å bli årets Bråttåbjønnj.

Triatlon

1. Svømming:
100 meter i Gammelosen
2. Sykkel:
6,6 km. med Offroad
Tre runder (to runder for damer 4,4 km) rundt Gammelosen
3. Løping.
2,2 km. En runde rundt Gammelosen



Tidspunkt

Individuelt starter kl. 16
i sørenden av Gammelosen

Utstyr

På sykkeletappen er det kun tillatt
med Offroad med min 2" dekk!
Hjelm på syklingen er påbudt!



Påmelding

Før kl. 15:30 i startområdet. Pris kr. 150,-
Aldersgrense 14 år.



*Ta i mot
utfordringen!
Vis at
nettopp
du er en
Bråttåbjønnj!*



Velkommen idrettsvenner