

## Häng med på 10-mila Nynäshamn 4 maj – Ungdomskavlen!

I år går tiomila i Nynäshamn vilket är nära och bra. Från Gotland kommer vi vara med i Herrkavlen, Damkavlen och Ungdomskavlen.

Då det är i Nynäshamn kommer vi som springer ungdomskavlen att resa över dagen d.v.s. ingen övernattnig. Vi åker upp på lördag morgon kl 07.15 och kommer tillbaka till Visby kl 23.25.

Ungdomskavlen: lördag 4 maj Starttid: Kl. 14.00

I Ungdomskavlen får ungdomar upp till DH-16 delta.

Minst två sträckor ska i sin helhet springas av flickor.

På sträcka 2 och 3 får två löpare delta på respektive sträcka.

Sträcka 4 är öppen för såväl flickor som pojkar.

Sträcka	Banlängd	Gaffling	Stigning	Svårighet
1	4,5	Ja	150	Orange
2	4,1	Ja	120	Orange
3	3,1	Nej	70	Gul
4	4,6	Ja	140	Orange

Vi har anmält 3 lag, vi kan totalt springa med 6 löpare i varje lag. Det behövs 6-9 tjejer och 6-9 killar. Det viktiga är erfarenheten inte resultaten!

Följande ungdomar har anmält sig hitintills:

VOK	Svaide	Bro
Marit Scholler	Ida Svensson	Evelina Sandgren
Agnes Garland		Hanna Eklund
David Rondahl		Lukas Nyström
Gustav Hellmin		Svante Gustafsson
Svante Bäckstäde		Emil Björksved

Det finns plats för fler ungdomar så det är bara att hänga på!

Anmäl dig till din ledare i klubben senast den 7 april.

- Göran Gustafsson Bro OK, [skrivtillgoran@gmail.com](mailto:skrivtillgoran@gmail.com)
- Anna Rondahl VOK, [anna.rondahl@telia.com](mailto:anna.rondahl@telia.com)
- Vicki Olsson, Svaide/Roma, [vikol889@gmail.com](mailto:vikol889@gmail.com)