

**Heleneholms IF inbjuder till**  
**12:e HELENEHOLMS MARATHON**  
**och**  
**HALVMARATHON**  
**Lördag 10 april 2010**  
**GM/VGM OCH SKÅNES VETERANCUP**

**BANA**

Kontrollmätt bana som löps fyra respektive två varv. Cykel- och promenadvägar, ingen biltrafik.

**KLASSER**

**Marathon**

- Tävlingsklasser med fullständig klassindelning. Endast öppna för dem som tillhör förening ansluten till Svenska Friidrottsförbundet eller annat lands motsvarighet  
-Motion Män och Kvinnor

**Halvmarathon**

-Motion Män och Kvinnor

**ANMÄLAN**

PlusGiro 43 16 33-7 Heleneholms IF:s L-sektion senast **26 mars**. Endast en anmälan per talong.

**Vid anmälan av flera personer:** Komplettera inbetalningskortet med separat anmälningslista som skickas till:

Peter Andersson, Grevegatan 97,  
216 22 Limhamn

Telefon/fax: 040-16 42 17

E-post: 040164217@telia.com

Ange för varje deltagare: Namn, födelseår, klass, föreningstillhörighet.

**EFTERANMÄLAN**

På tävlingsplatsen senast 1 timme före start.

**ANMÄLNINGSavgift**

Marathon: **200** kronor, halvmarathon: **150** kronor.  
Vid efteranmälan tillkommer **50** kronor.

Medlemmar i Svenska Marathonsällskapet ([www.marathonsallskapet.se](http://www.marathonsallskapet.se)) erhåller **50** kronor rabatt vid föranmälan på marathondistansen.



**START OCH MÅL**

Heleneholms IP, Ystadvägen 23, Malmö.

Start halvmarathon: klockan 10.45

Start marathon: klockan 11.00

Maxtid: 5 timmar 30 minuter

**VÅTSKA**

Sportdryck och vatten var 5:e km. Efter målgång serveras cola och banan.

**OMKLÄDNINGSRUMIDUSCH**

Vid Heleneholms IP

**NUMMERLAPPAR**

Avhämtas personligen senast 30 minuter före start

**PRISER**

Plakett till fullföljande löpare vid målgång.  
Hederspriser till de främsta i tävlingsklasser, utlottade priser i motionsklasser

**RESULTAT**

Resultatlista anslås på [www.heleneholmslangopare.se](http://www.heleneholmslangopare.se). Anmälan innebär godkännande av publicering på Internet

**TÄVLINGSLEDARE**

Kenth Larsen

Tel: 0705 - 20 11 55

Svenska Friidrottsförbundets tävlingsregler gäller.

**Samtliga löpare deltar på egen risk.**



**LÖPLABBET**

**MULTISPORTBASE**