

SEMMELTÅGET

Startar 10/3

Sandviken 10/3

Valbo 17/3

Gävle 24/3



Nu startar SemmelTåget 2010

ALLA är välkomna från ungdomar till äldre. Som Lussetåget fast bättre!

Anmälan senast Söndagen 7/3 kl 20:00

Första etappen är 10/3 i Sandviken

Andra etappen är 17/3 i Valbo

Avslutningen blir 24/3 i Gävle.

Banor blir efter snödjup från Stads-OL till förhoppningsvis lite skog på den sista etappen.

Bana A ca 50-60min

Bana B 40-50min

Bana C 30-40min

Anmäl er med Namn och SI-nummer till lars.jansson7@comhem.se

Information om varje etapp kommer att läggas ut på www.gok.se

VÄLKOMNA att tävla in säsongen 2010!