

VÄLKOMNA TILL:



Terräng-DM för Gotland-Stockholm 2022

 **TULLINGE FRIIDROTT**

Lida friluftsgård, söndag 18 september
Kl 10-14, Lidavägen 1. Mer info: www.tullingefriidrott.se

TDM arrangeras i samband med Tullingeloppet!

Kontakt: Johan Faskunger, faskunger@hotmail.com 070-272 33 99



 **TULLINGE FRIIDROTT**



Inbjudan och allmän information:

Välkommen till Lida friluftsgård i Tullinge 18 september för terräng-DM för Gotland-Stockholm 2022! DM arrangeras av Tullinge friidrott i samband med Tullingeloppet söndagen den 18 september och har klasser för barn, ungdomar, motionärer, tävlingslöpare och veteraner. Terräng-DM arrangeras i klasser från 12 års ålder (födda 2010). Tävlände i DM-klass ska vara anknuten till en friidrottsförening i Stockholms-Gotlands distrikt och bära föreningens tävlingsdräkt. Detta är inte ett krav för tävlände i Tullingeloppet.

Adress: Lidavägen 1. Tullinge. Kommun: Botkyrka

Första start: Kl 10 (knattelopp). Sista start: Ca kl 13:30 (10 km).

Anmälan: Senast torsdag 8 september kl 23.59. Tävlingsinformation nås via www.tullingefriidrott.se/varatavlingar/Tullingeloppet

Nummerlappar hämtas ut i närheten av Naturporten/värmestugan vid entrén till Lida. Där sker även efteranmälningar. Det finns dusch- och omklädningsrum på Lida, men dessa är normalt endast för betalande allmänhet.



Hemsida: www.tullingefriidrott.se

Adress: Åsa Lind, Jenny Nyströms gata 13, 12950 Hägersten

Tävlingsinfo: Johan Faskunger, faskunger@hotmail.com, 070-272 33 99

Tävlingsklasser DM (pojkar, flickor, män, kvinnor):

12-13 år:	2,5 km
14-15 år:	2,5 km
16-17 år:	5 km
M och K:	10 km (Tullingeloppet har även 5 km för vuxna)
V35-V60:	10 km (Tullingeloppet har även 5 km för vuxna)
V65-V90:	5 km (Tullingeloppet har även 10 km för vuxna)

Ingen lagtävling.

Anmälan:

Anmälan senast torsdag 8 september kl 23.59 via vår tävlingssida www.tullingefriidrott.se/varatavlingar/Tullingeloppet. Anmälningarna sköts av Mitt Lopp. Efteranmälan är möjlig på plats mot förhöjd avgift.

Startavgifter:

Barn upp till 13 år (födda 2009):	150 kr
Ungdom upp till 17 år (födda 2005):	170 kr
Vuxna och veteraner:	250 kr

Vi erbjuder mängdrabatt för föreningar som anmäler tio löpare eller fler. Då bjuder vi på startavgiften för tre löpare. Föreningar som vill anmäla många löpare och vill betala via faktura, kontakta Johan Faskunger på faskunger@hotmail.com innan ni anmäler.

Prisutdelning:

Prisutdelningen för topp tre i varje klass sker i anslutning till prisutdelningen för Tullingeloppet och sker så fort som är möjligt. Ingen lagtävling.

Resultat:

Resultat kommer anslås på plats, på Tullinge friidrotts hemsida och Mitt lopp.

Banan och underlag:

Banan består av ungefär hälften gräs, hälften grusunderlag på motionsspår. Starten är vid kyrkan i Lida och målet mitt på gräsytan framför pulkabacken/värdshuset i alla klasser. Lopp över 2,5 km, 5 km och 10 km går enligt nedanstående skiss. Varje varv är kontrollmätt till 2,5 km och har ca 15 höjdmeters stigning.



Lopp i barnklasserna, 700 m och 1,5 km (ej DM), går enligt nedanstående skiss. I dessa klasser är underlaget gräs hela vägen och har ca 10 höjdmeters stigning per varv. Löparna är synliga hela loppet från gräsmattan vid starten:



Hitta och ta sig till Lida:

Adress: Lidavägen 1, Tullinge. Botkyrka kommun.

GPS: N 59 9' 48.24" E 17 52' 54.84"

Bil:

Lida friluftsgård nås via Huddingevägen via Flaggplan i närheten av Tullinge centrum. Det är ca 7 km från Flaggplan till Lida via Pålamalmsvägen och sedan Lidavägen.

Buss och pendeltåg:

Buss 721 trafikerar Lida från Tullinge centrum. Pendeltåget tar dig till Tullinge centrum för byte till buss. Det är ca 22 minuters resa från Stockholm city till Tullinge station.



Lida är skyltat från Huddingevägen oavsett om man kommer söderifrån eller norrifrån.

Service och utbud vid Lida:

Värmestuga. Servering på värdshuset. Toaletter. Höghöjdsbana. Grillplatser. Badplats. Kanotuthyrning. MTB-cykling. Kaniner. Motionsspår/elljusspår. Mullestigar. Minigolfbana. Lekplats. Parkourbana. För mer information om Lida friluftsgård, surfa in på www.lida.se.

