

# ASTAFJORDKARUSELLEN 2020

Øvre Salangen IL, Salangen IF Friidrett, Lavangen IF og Andørja Sportsklubb-friidrett inviterer til Astafjordkarusellen 2020. Astafjordkarusellen er en trimkarusell med åtte mosjonsløp ulike steder i Salangen, Lavangen og Ibestad.

<b>Tidspunkt</b>	<b>Sted</b>	<b>Løp</b>	<b>Arrangør</b>
Onsdag 3.juni	Engenes	Engenesløpet	ASK
Onsdag 17.juni	Elvenes	Flystripa rundt	ØSIL
Onsdag 24.juni	Lavangen skole	Moanløpet	LIF
Onsdag 1.juli	Idrettsheia	Idrettsheialøpet	SIF
Onsdag 19.aug.	Ånstad	Ånstadbotn rundt	ASK
Onsdag 26.aug.	Kistefoss bru	Skyssmoløpet	ØSIL
Onsdag 9. sept.	Lavangen skole	Elvestien	LIF
Onsdag 23.sept.	Idrettshallen, Sjøvegan	Strandløpet	SIF

Det legges opp til tre distanser, men det kan komme justeringer på dette fra de ulike arrangørene:

- Kort løype (0,3 – 1 km): 1–6 år (født 2014 eller senere).
- Middels løype (1 – 2 km): 7–12 år (født 2008 – 2013).
- Lang løype (2 – 6 km): 13 år og eldre (født 2007 eller tidligere).

Kort løype har start fra kl 18:00, mens lang løype starter fra kl 18:30.  
Tidtaking fra 7-årsklassen.

Deltakerne kan velge om de vil gå, jogge eller løpe. Det viktigste er at folk i alle aldre trimmer.

Astafjordkarusellen vil følge de råd og pålegg fra myndighetene som er gjeldende i forbindelse med Korona-viruset. Vi vil gi ut mer informasjon om dette før hvert løp. Det vil være en smittevernsansvarlig på hvert løp som har ansvar for smitteverntiltak.

Startkontingent: 50 kr pr. løp - 200 kr for hele karusellen (8 løp).

Påmelding: Må gjøres på [www.eqtiming.no](http://www.eqtiming.no). Betaling skjer også gjennom denne nettløsningen.

Premieutdeling: Etter siste løp i høst blir det premieutdeling. Alle som har deltatt min. 4 ganger får deltakerpremie. I tillegg blir det trekkepremier.

Følg med på Facebooksiden til Astafjordkarusellen. Her legger vi ut arrangementer med mer info om hvert løp.

Velkommen som deltaker i årets trimkarusell!

Øvre Salangen IL, Salangen IF Friidrett, Lavangen IF og Andørja Sportsklubb- friidrett