

KLUBBMESTERSKAPET 2008

for Langrennsgruppa **Lørdag 8. Mars kl. 15.00.** Ved Skullerudstua.
Stilart. Klassisk og skøyting for alle

OBS !!! Vennligst følg med på vår hjemmeside: www.rustad-idrettslag.no/langrenn
Det vil her bli lagt ut viktig informasjon om selve rennet et par dager før.
Langrennsgruppa ønsker alle aktive, trenere, foreldre og søsken velkommen til årets klubbmesterskap. Første start går kl. 15.00.

Møt opp senest en time før første start for startnummerutdeling !

- ✓ Alle som er medlemmer i Langrennsgruppa og har krysset av på skirennlisten eller sendt mail langrenn@rustad-idrettslag.no innen **onsdag 5. mars kl. 17.00** blir AUTOMATISK PÅMELDT.
- ✓ For alle som er mellom 0-5 år (søsken) og ønsker å være med, påmelding til mailadresse: langrenn@rustad-idrettslag.no. Frist for påmelding: **onsdag 5. mars kl.17.00**
- ✓ Veteran damer og menn :
Husk å meld dere på innen **onsdag 5. mars kl. 17.00**. til: langrenn@rustad-idrettslag.no
- ✓ Vi skal også i år ha familiestafett etter det vanlige skirennet:

Familiestafett: Ca. 3x500 m. Lagoppstilling med etappennummer sendes til :
Barbro/ Anders tlf: 22 61 58 20 eller på mail :
langrenn@rustad-idrettslag.no innen **Onsdag 5. mars kl. 17.00**

Familiestafetten skal bestå av : Minimum 1 Jente / dame
Minimum 1 av foreldrene
Laget skal bestå av 3 løpere (alder 5-99 år)
Stafetten vil bli spesiell, mer røpes ikke !!!!!

Følg med på vår hjemmeside for starttider mm: www.rustad-idrettslag.no/langrenn

Påmelding til Klubbmesterskapet er gratis !!!

Det blir en lang dag, så det kan være lurt å ta med seg mat og drikke !
TA MED GODT HUMØR OG PÅGANGSMOT. DETTE BLIR GØY ! VEL MØTT !

Vær så snill å respekter påmeldingsfristene som er satt opp !!!!

Premieutdeling og sesongavslutningsfest kommer vi tilbake til !

Oslo 20.02.2008
Barbro T. Dahlen