



Invitasjon til **Rustadstafetten!**

En av landets største, hvor vi tradisjonelt har mange lag med!

Søndag 12. Januar - klassisk

Rustadstafetten arrangeres på Skullerud

Klubben melder på lag til stafett. Vi tar ut lagene.

Dere melder på utøveren i **Min Idrett** her:

Påmelding : Min Idrett
Påmeldingen heter:
LYN SKI påmelding Rustadstafetten 2017

Klubben setter sammen lag. For de yngste klassene lager vi jevne mix lag. For klassene gutter og jenter 13-14 topper vi lag med 1/3 av påmeldte utøvere.

Påmeldingsfrist Søndag 5. Februar 2017

Stafett er gøy og for alle. Vi skal jakte godfølelsen. Vi er en del av en stor klubb og et godt fellesskap. Alle, både små og store, har en viktig rolle for at absolutt alle skal føle seg velkommen, sett og viktig! Stafett gjør vi sammen!

LAG til stafett:

Lagmix	Årskull	Distanse	Starttid (sjekk dog info)
9 år mix	2008	1,5 km	Kl. 10.00
10 år mix	2007	1,5 km	Kl. 10.40
11 år mix	2006	2 km	Kl. 11.15
12 år mix	2005	2 km	Kl. 12.00
13-14 år Gutter	2003-2004	2,5 km	Kl. 12.45
13-14 år Jenter	2003-2004	2,5 km	Kl. 12.47
15-16 år Gutter	2002-2001	3,5 km	Kl. 13.30
15-16 Jenter	2002-2001	3,5 km	Kl. 13.31
Junior Gutter	2000-1997	7 km	Kl. 14.15
Senior Herrer	1996 +	7 km	Kl. 14.15
Menn Veteran		7 km	Kl. 14:16
Menn Superveteran		7 km	Kl. 14:16
Junior Jenter	2000-1997	3,5 km	Kl. 14.17
Senior damer	1996 +	3,5 km	Kl. 14:17
Kvinner Veteran		3,5 km	Kl. 14.17
Kvinner Superveteran		3,5 km	Kl. 14.17

Arranørgrens side:

<http://kxweb.no/portal/public/showContentCategory.do?id=948510368>