



Linköping 28 maj

Årets viktigaste lopp!

IK Akele och GeBlod Östergötland hälsar dig välkommen till Stångebrofältet och Blodomloppet i Linköping.

Ett lopp, en utmaning som förenar de som vill fort fram med de som vill utmana sig själva och de som helt enkelt vill en god sak.

Här är nämligen målet större än din tid och prestation.

Blodomloppet är en folkfest där alla kan delta, både publik och löpare.

Välj vilken sträcka som passar dig bäst, gå 5 km eller spring 5 km eller 10 km. För de minsta finns även Lilla Blodomloppet.

Dag: Torsdag 28 maj 2020

Plats: Stångebrofältet, Linköping

Sista anmälningsdag: 20 maj

Lägre pris t o m 8 maj



Blodomloppet

Picknick
för alla
lag

GRUNDARE

GeBlod.

HUVUDSPONSORER

Scandic

ICA

octapharma

NEH

BAUHAUS

Ramudden

Inbjudan

Klasser

5 km tidtagning (dam & herr),
10 km tidtagning (dam & herr),
Promenad 5 km (dam & herr),
Lilla 600 m (flickor & pojkar),
Lilla 1,6 km (flickor & pojkar)

Anmälan sker på blodomloppet.se
Betalningsinstruktioner kommer i slutet av anmälningsproceduren. Man kan välja mellan bankgirobetalning, plusgirobetalning, kortbetalning eller direktbetalning i internetbank. Faktura på e-post (ingen extrakostnad) eller pappersfaktura (50 kr tillägg).

Individuella löpare För individuella löpare anges namn, födelseår, telefon, e-post, tröjstorlek, klass och om du är blodgivare. Är du blodgivare får du rabatt på startavgiften.

Lag Ett lag består av fem deltagare. I anmälan anges lagnamn och kontaktpersonens namn, adress, telefon och e-post. För samtliga lagmedlemmar måste också anges namn, e-post, födelseår, tröjstorlek, klass och om de är blodgivare. Blodgivare får rabatt på startavgiften.

Ungdomslag (alla fem lagmedlemmar födda år 2003 eller senare) deltar för halva startavgiften. Gäller endast t o m 8 maj.

Nummerlappar och tröjor

26/5 kl 11.00-19.00 på GeBlod,
Storgatan 32 i Linköping.
27/5 kl 11.00-19.00 på GeBlod.
28/5 kl 16.00-18.00 i Saab Arena,
Gumpekullavägen 1 i Linköping.

Ändringar och efteranmälningar

26/5 kl 16.00-19.00 på GeBlod.
27/5 kl 16.00-19.00 på GeBlod.
28/5 kl 16.00-18.00 i Saab Arena.

Starttider

Tidig anmälan ger tidig startgrupp.
Slutlig startgrupp meddelas då nummerlappen hämtas. Preliminära starttidsintervall för resp klass:
Lilla 600 m kl 17.30 och 18.00.
Lilla 1,6 km kl 17.45.
10 km tidtagning kl 18.30 - 19.15.
Promenad 5 km kl 18.30 - 19.15.
5 km tidtagning kl 18.45 - 19.45.

Seedning Snabba löpare (10 km max 45 min, resp 5 km max 25 min) ska starta i första startgrupp för respektive distans.

Priser Alla som deltar får tröja och medalj. Alla lag får en picknickkasse. Hederspriser till de tre snabbaste löparna i 5 km och 10 km tidtagning.

Träningskvällar Gemensamma träningskvällar 6 april - 11 maj, måndagar kl 18.00 i Ryd. Även 18 maj kl 18.00 vid Scandic City. Ingen kostnad, alla välkomna oavsett nivå.

Träningsgrupp I april och maj, mer info och anmälan runnerlkpg.se

Mer information Du kan ringa oss på 070-585 47 11 eller skicka e-post till linkoping@blodomloppet.se
Hemsidan www.blodomloppet.se



Linköping 28 maj 2020

Lilla Blodomloppet

För barn födda 2008 eller senare. I anmälan anges namn på barnet, födelseår, tröjstorlek, klass samt telefon/e-post till vårdnadshavare. Medalj och överraskningspåse till alla som kommer i mål.

Det finns två distanser att välja på. **600 m** startar först. Ingen tidtagning och man får gärna ta en vuxen i hand om det känns tryggare.

1,6 km startar en stund senare och här är det tidtagning och resultatlista. Passar framförallt de lite äldre barnen som vill veta hur fort de sprang och kanske tävla mot sina kompisar. Däremot har vi inga prestationspriser utan alla som kommer i mål får samma priser.

Deltagare i Lilla Blodomloppet kan ingå i lag, men då till ordinarie lagstartavgift. Ungdomslagsrabatten gäller även för Lilla Blodomloppet.

Startavgift vid anmälan	senast 8 maj	9 - 20 maj	21 - 28 maj
Individuell deltagare	260 kr	300 kr	350 kr
Lag (5 personer)	1 300 kr	1 500 kr	ej möjligt
Lag (upp till 17 år)	650 kr	1 500 kr	ej möjligt
Lilla Blodomloppet 600 m	80 kr	80 kr	100 kr
Lilla Blodomloppet 1,6 km	110 kr	110 kr	140 kr

Blodgivare har rabatt 40 kr/person, gäller både individuellt och lagmedlemmar.
Ändringar av namn och/eller klass 40 kr/person.

Måttabell Blodomloppströjan 2020 (ej klart, 2019 års måttabell nedan)

Notera att alla mått är vad man mäter med en linjal då tröjan ligger på plant underlag (d v s inte "omkrets" vilket brukar vara det vanliga sättet att ange vidd-mått).

[cm]	110	120	130	140	150	XS	S	M	L	XL	XXL	XXXL
Rygglängd	45	50	55	60	?	64	66	68	70	72	74	76
Bröstvidd	33	35	37	39	?	43	46	49	52	55	58	61
Höftvidd	33	35	37	39	?	43	46	49	52	55	58	61

Bilden visar vuxenstorlekarnas utseende 2019. 2020 års design presenteras senare. Barnstorlekarna (cl) har något annorlunda tryck med bland annat Lilla Blodomloppets logga.

