



Lustraløpet 2019

10. juni

Måndag 10. juni blir Lustraløpet arrangert for 33 gong.



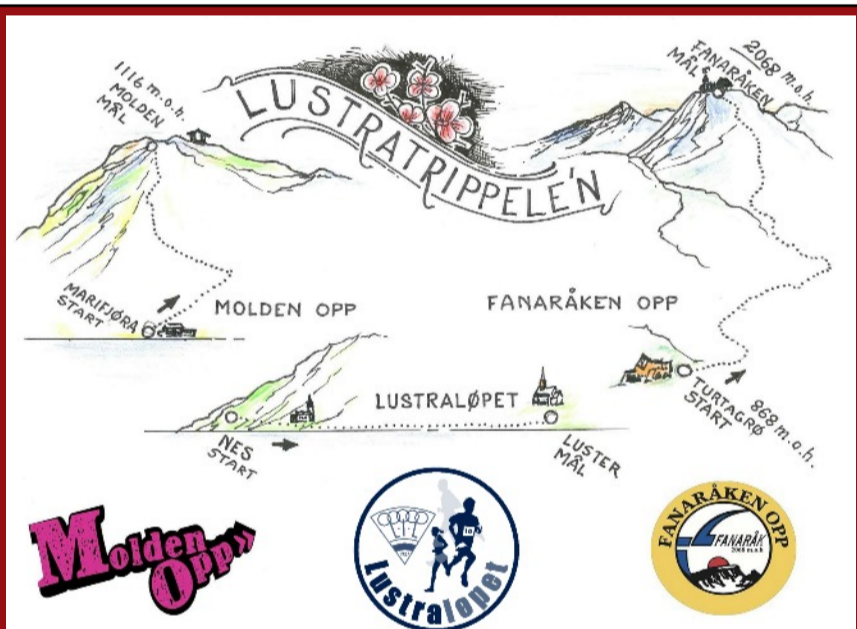
Program

- Kl 11.00—14.00 Start trimklasse 10 km (Nes - Luster)
- Kl 12.00—12.30 Start trimklasse 3 km (Markstein - Luster)
- Kl 14.15 Start aktive alle klassar
Start mosjon alle klasser

Pendeltransport start/mål/start frå kl 10.30

Utdeling av startnummer ved startplass. Må hentast seinast kl 14.00

**Gratis betasuppe
til alle som fullfører
Lustraløpet**



Idrettslaga Luster, Bjørn og Fanaråk samarbeider om Lustratrippelen. Deltek du på Lustraløpet, Molden opp og Fanaråken opp i 2019, har du moglegheit til å vinne fine premiar.

Lustraløpet er 10.juni, Molden Opp er 15.juni og Fanaråken Opp er 10. August.

Du kan lese meir om Lustratrippelen på www.lusteril.no



Premiering:

- Løyperekord 5000,-
- Vanleg premiering i aktive klassar.
- Spurtpris (1000,- til første mann/kvinne ved ungdomshuset på Nes)
- I tillegg er det 1000,- til beste mannlege og kvinnelege deltakar uansett klasse.
- Langtidspremiering for 5, 10, 15, 20, 25 og 30 gongs deltaking.
- To heldige trimmarar blir i tillegg trekt ut som vinnarar av ny sykkel. (Ein barnesykkel og ein vaksensykkel)

Påmelding:

- Aktive/mosjon, påmelding på www.lusteril.no, eller løpsdagen inntil 30 min før start.
- Trimklassen ved start

Startpengar:

- Aktive (alle klassar) kr: 200,- (lisens inkludert)
- Trim kr: 100,-
- Trim Familie kr: 250,-

Informasjon

- Garderobe og dusj ved Luster oppvekstsenter (målområdet)
- Dale skulemusikk vil gå og spele deler av løpet, og det vil bli underhaldning i målområdet.
- Kiosk + sal av betasuppe
NB! Me har kortterminal og Vipps, du treng ikkje kontanter

Våre trufaste sponsorar:



Arrangør:



For meir informasjon tlf: 995 39 746 (Svein Tore)

For meir informasjon, sjå heimesida: www.lusteril.no