

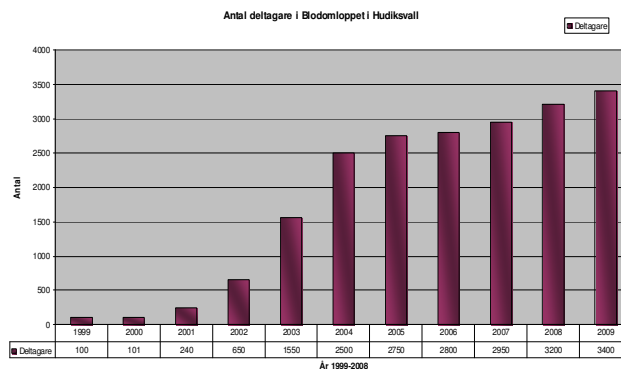
# Välkommen till Blodomloppet

i Hudiksvall 24 maj 2010.

Arrangemanget har blivit en folkfest – från 100 deltagare 1999 till 3400 2009

Nu satsar vi på 2010 och räknar med att vi blir ännu fler. Liksom förra året avgår bussar från Järvsö och Ljusdal och åter efter loppet.

Blodomloppet vill påminna om behovet av blodgivare. Förra året tecknade sig på själva tävlingsdagen drygt 100 deltagare som nya blodgivare vid blodcentralerna i Ljusdal och Hudiksvall.



Alla är välkomna att delta. Elitmotionären bjuds på professionell tidtagning. Förra året tog vi tid på nästan 800 löpare.

Att loppet växer så snabbt som det gör beror ändå mest på att

vardagsmotionärerna, de som tar en stillsam promenad, trivs den här kvällen, och blir fler och fler.

Samma koncept gäller som föregående år.

**Klasserna** är 10 km män och 10 km kvinnor med tidtagning, 5 km män och 5 km kvinnor med tidtagning och 5 km promenad utan tidtagning.

Som tidigare år bildar vi 5-mannalag tillsammans med arbetskamrater, goda grannar, idrottskamrater, släkt och vänner, fritt ur alla klasser, och får då dela på ICA:s härliga picknickkasse.

**Start** på Glysisvallen, 10 km klockan 18.30, 5km klockan 18.55.

**Individuell anmälan** kostar 140 kronor, men för blodgivare och ICA-kortsinnehavare 100.

**Laganmälan** (5deltagare) kostar 650 kronor, med minst 3 ICA-kort eller blodgivare 500. (För kärnfamilj, mamma, pappa barn räcker det med ett kort)

**Alla som fullföljer** får T-shirt och medalj. Dessutom utlottas individuella nyttopriser och några lagpriser på nummerlapparna. Alla lag får en picknickkasse av ICA att dela på.

**Anmälan** till Strands IF, helst via nätet, [www.blodomloppet.se](http://www.blodomloppet.se), eller e-post [strandsif@spray.se](mailto:strandsif@spray.se), eller fax 0650-17535. Laganmälan måste vi ha senast onsdag 28 april., därefter individuell anmälan fram till två timmar före start. Efter 20 maj inga rabatter!