

VårRuset



**VårRuset i Norrköping
Tisdagen den 12 maj 2020**

Påstigning:

16:00 Avresa från Simhallens parkering Västervik
16:25 Värmeverket/Swebus hållplats Gamleby
16:30 Busshållplatsen Björnsholm
16:40 Helgenäs södra infart/E22

19:00 Start för Våruset

- Peppande uppvärmning.
- Alltid 5 kilometer eller nyheten 2,5 kilometer.
- Vegetarisk picknick från Coop till alla lag.
- Spring eller gå . du väljer själv.
- Scenshow med fina priser.
- Schysst musik längs banan.
- Två vätskekontroller.
- Vårusets medalj.
- Produkter från våra sponsorer.
- En riktigt kul kväll med tjejerna.
- Vi bidrar i kampen mot barncancer.

Loppet arrangeras av GoIF Tjalve.

Hemresa när alla kommit i mål.

Pris kr. **180:-** för bussresan tur o retur.
Betalas på bussen kontant eller via swish.

Anmälan till loppet på www.varruset.se

Lycka till med träningen och välkommen med!
UKNA BUSSTRAFIK