



**Bålsta 1/2marathon**  
**Sparbanksloppet 7km**

*i samarbete med*



Sparbanken i Enköping



Dags att börja träna inför...

# Sparbanksloppet 2010

Lördagen 16:e oktober i Bålsta.

Vi välkomnar alla till våra löparkvällar för dig som vill träna inför höstens lopp i Bålsta.

**Kom med och träna inför höstens lopp 16 oktober!**  
**5 tisdagkvällar i vecka 36-40.**

**7 september, 14 september, 21 september, 28 september  
och 5 oktober**

Välj fritt starttid mellan kl **18.30 och 19.30**. Startavgift endast 20 kr.

Betalas kontant när du anmäler dig .

Spring ensam eller flera tillsammans under enkla och trevliga former.

**Banan är 3,5 km med start och mål på Gröna Dalens IP.**

**Välj ett eller två varv.** Banan är tydligt snitsad.

Vi klockar din tid om du vill och publicerar sedan resultatlistan här på hemsidan.

Springer du med oss på minst 3 löparkvällar betalar du endast 75 kr för Sparbanksloppet.(Normalt 150 kr).

Läs mer om Sparbanksloppet samt Bålsta halvmarathon på [www.balstaik.se](http://www.balstaik.se)

**Varmt välkomna önskar Bålsta IK  
och långskubbarna.**