



Välkomna till Terrängserien och Terräng-KM 2026

Onsdagarna 9/9, 16/9 och 23/9 kl. 18.00 samlas vi vid Kvarnkojan i Granåsen för gemensam löpning. Terrängserien består av 3 tillfällen och vid sista tillfället den 23/9 avslutar vi med ett Terräng-KM.

Deltagarantalet i Terrängserien har vuxit de senaste åren, **vilket vi tycker är fantastiskt roligt!** För att göra nummerlappsutdelningen så smidig som möjligt behöver man därför **föranmäla sig inför loppet**. Detsamma gäller för Terräng-KM den 23/9. Samma nummerlapp används alla tillfällena så spara den hemma.

Föranmälan görs genom att **svara på kallelsen i SportAdmin**. I svaret kan ni även meddela om föräldrar eller syskon vill vara med och springa. Har ni inte fått någon kallelse via SportAdmin går det bra att anmäla sig genom att mejla Josephine.rohr@balstaik.se.

Efteranmälan på plats går också bra, men kom då senast **30 minuter före start**, så att vi hinner ordna nummerlapp och registrering innan loppet börjar.

Alla får vara med – aktiva, syskon och föräldrar!

Välj valfri distans att springa på Terrängserien

Starttider ca:

- 800 m: **18.15**
- 2 km: **18.30**
- 4 km: **18.30**

Priser

Medaljer till alla som deltagit vid minst **två tillfällen på Terrängserien**. Prisutdelningen sker vid sista deltävlingen den **23/9**.

Övrigt

Vi ser till att grillen är tänd! Ta med er eget att grilla och fika så har vi en trevlig stund tillsammans i skogen.

Frågor? Mejla Josephine på josephine.rohr@balstaik.se

Varmt välkomna till Terrängserien och Terräng-KM 2026!

Terräng-KM 23/9 klasser och distanser (medlemmar som tävlar för Bålsta IK, räknas med i KM)

- Flickor och pojkar 11 år och yngre (2015-2026): Valfri distans (800m, 2 km, 4km)
- Flickor och pojkar 13 år (2014-2013): 2km
- Flickor och pojkar 14,15,17,19 år (2012-2007): 4km
- Kvinnor, män och veteraner: 4km

