

Påmelding:
www.afsksykkel.no

Trippel 2012

kr 400 for enkeltdeltaker

kr 800 for familier.

(familie er maks to foreldre og 2 barn under 18)

Aldersgrense 13 år

Alternative påmeldingsmuligheter:

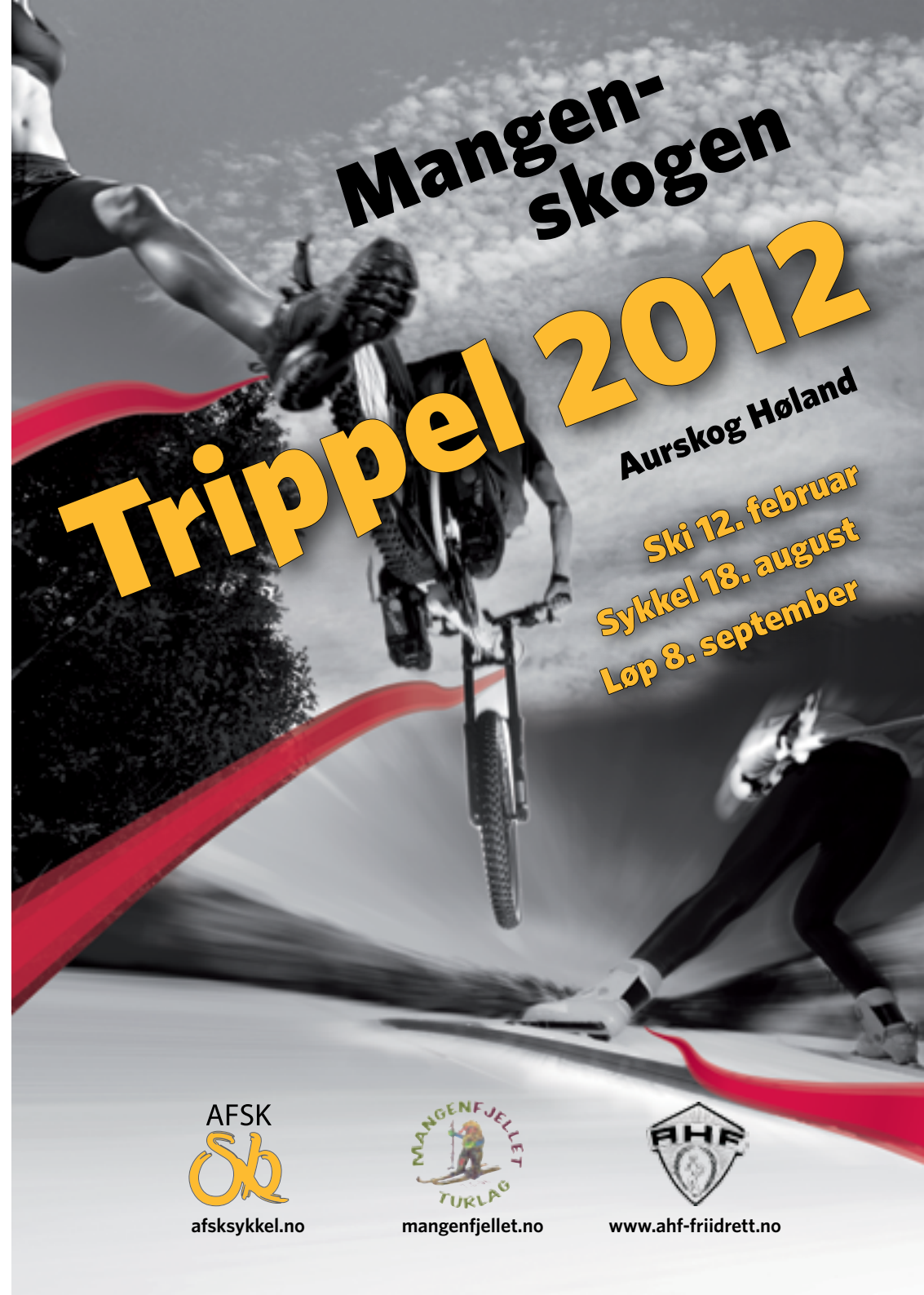
Bank konto 1271 23 39525

husk å skrive på telefon og e-post adresse

Sport 1 Bjørkelangen

For mer info eller spørsmål: benterje@gmail.com

sport 1
Bjørkelangen



**Mangen-
skogen**

Trippel 2012

Aurskog Høland

Ski 12. februar

Sykkel 18. august

Løp 8. september



Mangens- skogen Trippel 2012

Mangensskogen Trippel er et samarbeidsarrangement mellom AFSK Sykkel, Mangenfjellet turlag og AHF Friidrett, som ble arrangert for første gang i 2011.

Målet er at Mangensskogen Trippel skal være et årlig arrangement i Aurskog-Høland kommune, med fokus på at det skal være morsomt for alle som har lyst til å delta, og utfordring nok for de som vil konkurrere.

Trippel

Skirenn 15 km, 12. februar
Sykkelritt 34 km, 18. august
Løp 12 km den 8. september

SuperTrippel

Skirenn 35 km, 12. februar
Sykkelritt 34 km, 18. august
Løp 12 km, 8. september

Alle som fullfører Trippel eller SuperTrippel vil være med i trekningen av flere flotte premier.

