



**DM/VDM 10 000 m
för Södra Norrland 2023**

Plats: Krokoms SC

Arrangör: Trångsvikens IF

Söndag 17 september 2023

Starttider:

14.00 10 000 m heat A (37 min. och snabbare)

14.50 10 000 m heat B (Uppskattad tid över 37 min.)

Anmälan: Meddela HELST senast lördag 16/9 till Johan om du tänker delta.
Kan bli stort deltagande.

Startavgift: 80 kr/deltagare

Priser: DM-medaljer för seniorer och i veteranklasser (f. 1988 och tidigare) till de främsta som representerar en förening tillhörande Södra Norrlands FIF.

Information och anmälan: Johan Norberg 070-533 17 91,
johan.norberg2@protonmail.com

Välkomna!

Ytterligare DM 2023:

Terräng-DM i Östersund, lördag 30 september. Arrangör Östersunds SK.