

Info SM 2010

SM Långdistans Karlstad 28-29/8

Fredrik Eriksson	Ledare
Rasmus Leo	H21
Jakob Andersson	H20
Amanda Leo	D18

Resa: Kommer att ske med bil från klubbstugan fredag den 27 Aug kl. 16:15.
Chaufför Fredrik Eriksson.
Amanda åker med buss från Eksjö.

Boende: Karlstads Vandrarhem tel. 054-56 68 40
(Ta med egna lakan.)

Mat: Frukost är bokad på vandrarhemmet Lördag och Söndag.
Vi gör ett matstopp både på uppvägen och hemvägen.
För löpare finns det fältlunch på tävlingen.

SM Medel & SM Stafett Umeå 3-5/9

Fredrik Eriksson	H21 + Ledare
Rasmus Leo	H21
Fredrik Johansson	H21
Jakob Andersson	H20
Sara Johansson	D20
Amanda Leo	D18
Agnes Leo	D18

Resa: Fredrik J tar sig via tåg till Nässjö.
Amanda och Agnes tar sig till Nässjö från Eksjö.
Övriga d.v.s. Fredrik E, Rasmus, Jakob och Sara
åker bil från Bredaryd till Nässjö.
Detsamma gäller hemresan.

Restider: Uppvägen Onsdag 1 Sep – Torsdag 2 Sep

Bil	Bredaryd-Nässjö	14:45
Tåg	Nässjö-Stockholm	17:08-19:39
Natttåg	Stockholm-Umeå	20:42-06:38

Hemvägen Söndag 5 Sep – Måndag 6 Sep

Natttåg	Umeå-Stockholm	20:46-06:45
Tåg	Stockholm-Nässjö	07:21-09:51
Bil	Nässjö-Bredaryd	Avgår direkt efter ankomst.

Boende: YMCA Hostel Umeå tel. 090-185718
(Ta med egna lakan.)

Mat: Frukost är bokad för Fredag, Lördag och Söndag morgon.
För löpare finns det fältlunch Fredag, Lördag och Söndag.
Ta med mat för uppresan och frukost tills vi kommer fram.
Därefter ordnar vi mat tillsammans på vandrarhemmet alternativ äter ute.

Övrigt: Jobbar fortfarande på att hitta något smidigt sätt att ta oss ut till tävlingarna.
Är det någon som har kontakter i Umeå så hör gärna av er.
Vi kollar på priser för Hyrbil vs. Taxi vs. Cykel o.s.v.

Med vänliga hälsningar Joys-ledarna Fredrik och Henric!

Vid frågor ring:

Fredrik 073-631 15 18

Henric 070-633 56 01