



IK WEGA

BJUDER IN TILL

BÄST I VÄSTIADEN



16 MARS 2025

RUDDALENS IDROTTSCENTRUM GÖTEBORG

Inbjudan

Söndagen 16:e Mars arrangerar IK Wega Bäst I Västiaden. Tävligen kommer att omfamna allt det vi älskar med att åka skridskor och avspegla det vi tränar på under säsongen för att utvecklas som skridskoåkare. Tävligen går ut på att åkarna i lag samlar poäng i flera del-event. Momenten består av traditionell LongTrack-åkning på 400 metersbana och ShortTrack-tävling på bana med full säkerhet och skyddskuddar. Vi har utrustning i form av Shorttrack-skridskor och skärsäkra underställ som kan lånas ut vid behov. Utöver detta kommer lagen även tävla i stafetter där alla former av skridskofärdigheter kommer att behövas. På plats kommer det att finnas fika och varm mat i vårt café.

Longtrackdistanser:

Varje åkare väljer en distans av alternativen 300meter ELLER 1500meter

Tidsprogram under söndagen:

9:00-9:45 Isträning på Oval, Shorttrack-bana och Rink

10:00 Tävlingsstart

10:00-11:00 Shorttrack

11:00-11:15 Isprep

11:15-12:15 LongTrack på Ovalen 300m, 1500m. Skridskokörkort för skridskoskolan på Rinken.

12:15-13:00 Paus med Isprep och Lunch

13:00-15:00 Stafetter

Startavgifter

Tävlingen är gratis!

Anmälan

Anmälan görs via mejl till Erik Bodin via mejl eriklittedragon@gmail.com OBS! Anmäl 1 distans till Longtrack-momentet. Välj mellan 300meter och 1500meter. Finns behov av shorttrack-utrustning, anmäl även detta så kan vi se om vi har rätt storlek tillgänglig.

Boende

Finns behov av boende kan detta ordnas i Wegas föreningsstuga

Plats:

Ruddalens Idrottscentrum, Musikvägen 55, Västra Frölunda

För övriga frågor mejla Erik Bodin eriklittedragon@gmail.com

Varmt välkomna!