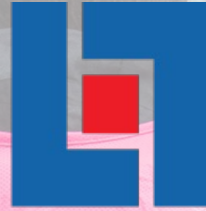


LF Älvsborg



sborg



KLASS
JOGGEN



När: Onsdag 3 juni.

Årskurs F-3 springer på respektive skola eller i
närområde.
(Valfritt klockslag)

Årskurs 4-9 startar på Sanden i Vänersborg.

Klockan:
09:30-11:50, 20 min mellan starterna.
(för årskurs 4-9)

Alla elever och lärare i årskurs 4-9 får låna väst på
Sanden.



Tidschema:

- Var på plats ca 30 min innan start
- Uppvärmning ca 10 min innan start
- Hela klassen i mål!
- Ta er tillbaka till respektive skola

Starttider:

- Årskurs 4: kl. 9:30
- Årskurs 5: kl. 9:50
- Årskurs 6: kl. 10:10
- Årskurs 7: kl. 10:30
- Årskurs 8: kl. 10:50
- Årskurs 9: kl. 11:10



Busstransport:

Busstransport för elever utanför centrala Vänersborg.

Vid frågor kontakta
Tomas Granat.

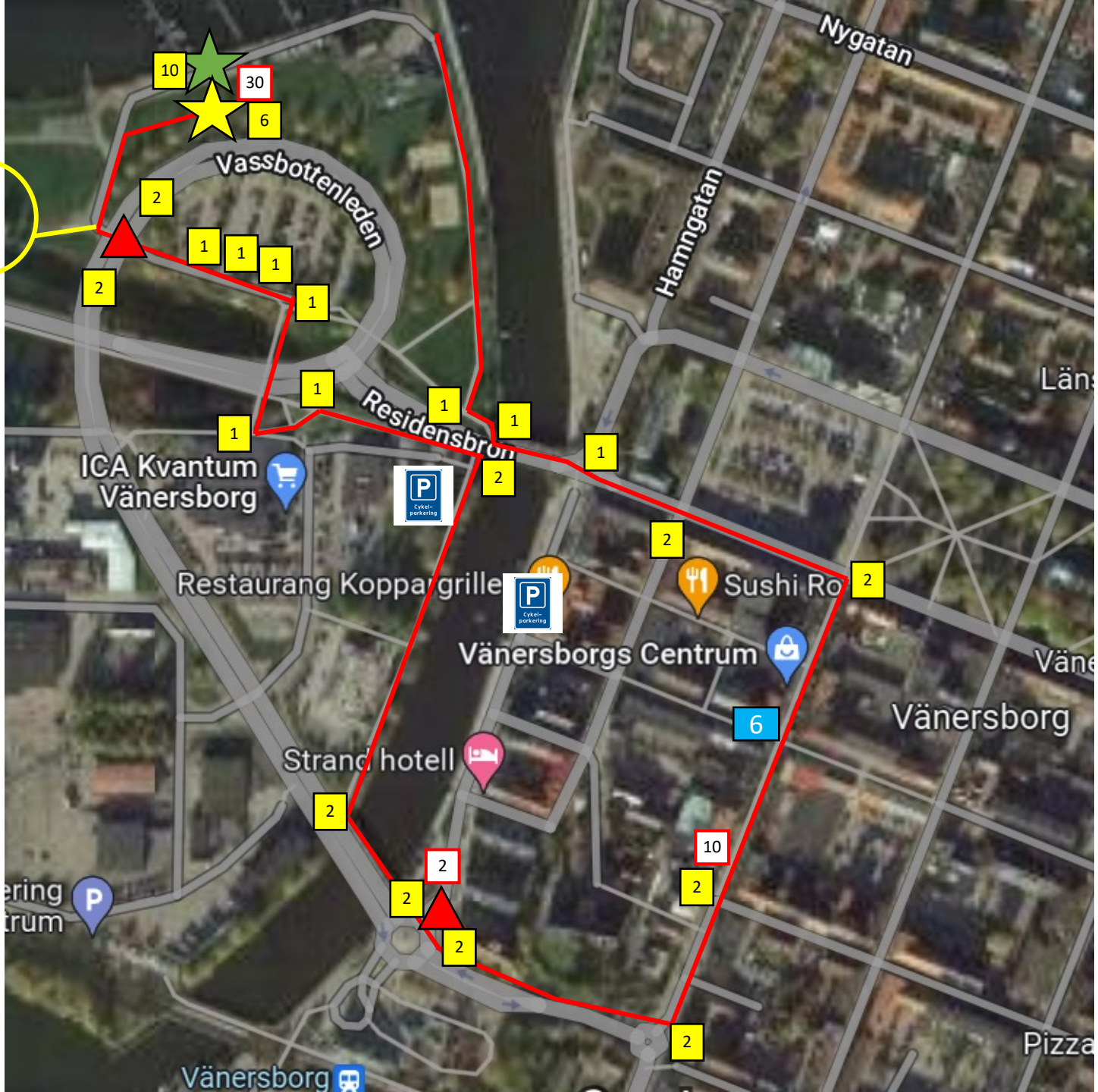


LF Älvsborg



Vändplats bussar

-  Start
-  Mål
-  Vägkorsningar
-  Funktionärer
-  Vätskekontroll
-  Kravallstaket
-  Cykelparkering



Informationsvideo om bansträckning mm kommer att mejlas ut

Ca 50 funktionärer kommer att vara på plats

Fotografering samt filmning
kommer att ske under
Klassjoggen.
Bilder tas inte på elevers
ansikten.



LF Älvsborg



Information och tips för arrangera Klassjoggen på skolan. Årskurs F-3.

Mät ut och snitsla en bana som är ca 300-500 m på otrafikerad väg, där eleverna kan springa så många varv de vill och kan.

Diplom och nummerlappar kommer vara möjligt att skriva ut via hemsidan.

TIPS!

- Håll i uppvärmning
- Spela peppande musik
- Gör roliga hinder längst med banan
- Gör en tipspromenad
- Måla en start- och mållinje med kriter
- Använd ett "startrep"
- Bjud in en lokal idrottsklubb



LF Älvsborg



PEP SKOLA

[Film Info Pep Skola](#)

[Info och filmer Pep Skola](#)





Frågor?

Kontakt:

ceasar@alliansloppet.se

johanna@alliansloppet.se



LF Älvsborg

