

Sturlas skigruppe

Markakarusellen (tidl. Løpskarusellen)
er et arrangement i regi av Sturlas skigruppe.
Mange av gruppas medlemmer deltar i Markakarusellen
som en del av treningen mot skisesongen
og for sosialt samvær.

Ønsker du mer informasjon? Ta kontakt med:
«Løpsgeneral» Svein O. Halvorsen - tlf. 934 46 219
Toril Sandvik - Tlf. 97 08 28 49

Design og malerier: Morten Halvorsen, Tlf. 911 43 675

VELKOMMEN TIL MARKA- KARUSELLEN

2009

For deg som
setter pris på
mosjon, sosialt samvær
og vakre
naturopplevelser i
Drammensmarka!

EXTRA
SERVICEPARTNER AS

Vi vedlikeholder kollektivt transportmateriell i Norden!

Tlf. 32 26 63 00
www.extra-servicepartner.no

Tungbilskolen

-den komplette transportfagskolen!

Kontakt oss for nærmere
informasjon tlf. 90 53 13 36
www.tungbilskolen.as

OSLO - DRAMMEN - TØNSBERG



MARKAKARUSELLEN 2009

Sturlas skigruppe inviterer til den tradisjonsrike
Markakarusellen for 38. gang.

DISTANSER

Markakarusellen er en serie uhøytidelige treningsløp
på skogsveier og stier i vakre Bragernesåsen.
Distansene er 3, 5, 7, 9 og 12 km, - vår og høst.

HVEM KAN DELTA?

Markakarusellen egner seg godt for alle som liker å gå/løpe/jogge
enten du trener eller mosjonerer, og i ditt eget tempo.

START - PÅMELDING - TIDTAKING

Det er ingen startnummer og ingen fast starttid.
Du starter når du selv vil - mellom kl. 18.00 og 18.30.
Påmelding skjer ved start. Startkontingenten er kr. 25,-
Det blir tatt tider på alle, slik at du kan se din egen
fremgang fra vår til høst, og fra år til år.

Vi oppfordrer gjerne bedrifter og skoler til deltagelse,
og håper på økt interesse for friluft og «sunne kropper».



TID OG STED

Frammøte	km	Vår	Høst
Spiraltoppen	3	tirsdag 19. mai	tirsdag 18. august
Sturlahuset	5	tirsdag 26. mai	tirsdag 25. august
Sturlahuset	7	tirsdag 2. juni	tirsdag 1. sept.
Sturlahuset	9	tirsdag 9. juni	tirsdag 8. sept.
Sturlahuset	12	tirsdag 16. juni	tirsdag 15. sept.

**VELKOMMEN TIL
MARKAKARUSELLEN!**