



Vi ønsker alle som liker å sykle velkommen til:

## ***TelemarksKanalTRIMMEN***

Det blir lokale trimarrangementer *uten* tidtaking, men med enkel servering, ulike aktiviteter og god stemning.

<b>Start og mål</b>	<b>Distanse</b>	<b>Dato</b>	<b>Klokkeslett (start)</b>
Lunde idrettspark	11 km og 22 km	28. mai	10:00 - 12:00
Fjågesund	20 km	28. mai	11:00
Vrådal v/klubbhuset	10 km og 40 km	28. mai	11:00
Krossli	22 km	28. mai	11:00
Kviteseid sentrum	7 km og 30 km	28. mai	11:00

Viktig:

- Husk hjelm!
- Barn under 12 år med ledsager kan eventuelt sykle kort distanse.
- Gavepremier på trekning
- Deltakelse teller i Kanalrittets «adelskalender», dermed merker, krus m.m.
- Be med deg familie, venner og kolleger fra arbeidsplassen.

Mer info på [www.telemarskanalrittet.no](http://www.telemarskanalrittet.no)

Hilsen foreningen **Telemarskanalrittet FLI** – IL Tokke, Austheii grendelag, Vrådal IL, Fjågesund grendehuslag, Kviteseid IL. Varde 4H og IL Skade

