

## UKI-karusellen 2021

Kan gjennomføres:

- På ordinær måte
- Som «Aleneløp»

## Innbydelse kommer i februar 2021

<b>Det kan bli endringer i programmet.</b>  Se info om evt. endringer på <a href="http://www.ullkisafridrett.no">www.ullkisafridrett.no</a>		UKI karusell for funksjons-hemmede		Furuseth UKI Original karusell		Hellvik Hus UKI Ungkarusell		Hoppensprett UKI Barnekarusell		UKI mosjons-karusell	
		Første start	Distanse	Første start	Distanse	Første start	Distanse	Første start	Distanse	Første start	Distanse
1	<b>Lørdag 17. april UKI-løpet</b>	14.15	Valgfri distanse. Det kan også velges å løpe i løypene som benyttes i de andre klassene.	<b>15.00</b>	3 km veg	<b>14.35</b>	600 m veg	<b>14.00</b>	200 m bane	<b>15.00</b>	3 km veg
2	<b>1.mai-31. juli Blodomløpet Kun aleneløp</b>				5 km terreng		5 km terreng		2,1 km terreng		5 km terreng
3	<b>Torsdag 3. juni m/eliteløp</b>	18.10		<b>19.15</b>	1500 m bane	<b>18.25</b>	60 m bane	<b>18.00</b>	200 m bane	<b>18.00</b>	4 km terreng
4	<b>Tirsdag 3. august</b>	18.15		<b>18.00</b>	8 km terreng	<b>18.00</b>	8 km terreng	<b>18.00</b>	300 m hinder	<b>18.00</b>	8 km terreng
5	<b>Torsdag 9. sept.</b>	18.15		<b>18.40</b>	800 m bane	<b>18.30</b>	800 m bane	<b>18.00</b>	200 m bane	<b>18.00</b>	5 km terreng
6	<b>Lørdag 2. oktober Norgesløpet</b>	14.05		<b>14.00</b> <b>14.45</b>	10 km 5.km	<b>14.45</b> <b>14.30</b>	5 km eller Runder i 4 min	<b>14.10</b>	Runder i 4 min	<b>14.45</b>	5 km