

UKI-karusellen 2021

Kan gjennomføres:

- På ordinær måte
- Som «Aleneløp»



Det kan bli endringer i programmet. Se info om evt. endringer på www.ullkisafriddrett.no		UKI karusell for funksjonshemmede		Furuseth UKI Original karusell		Hellvik Hus UKI Ungkarusell		Hoppensprett UKI Barnekarusell		UKI mosjonskarusell	
		Første start	Distanse	Første start	Distanse	Første start	Distanse	Første start	Distanse	Første start	Distanse
1	Lørdag 17. april UKI-løpet	14.15	Valgfri distanse. Det kan også velges å løpe i løypene som benyttes i de andre klassene.	15.00	3 km veg	14.35	600 m veg	14.00	200 m bane	15.00	3 km veg
2	1.mai-30. sept. Blodmiløpet Kun aleneløp				5 km terreng		5 km terreng		2,1 km terreng		5 km terreng
3	Torsdag 3. juni m/eliteløp	18.10		19.15	1500 m bane	18.25	60 m bane	18.00	200 m bane	18.00	4 km terreng
4	Tirsdag 3. august	18.15		18.00	8 km terreng	18.00	8 km terreng	18.00	300 m hinder	18.00	8 km terreng
5	Torsdag 9. sept.	18.15		18.40	800 m bane	18.30	800 m bane	18.00	200 m bane	18.00	5 km terreng
6	Lørdag 2. oktober Norgesløpet	14.05		14.00	10 km	14.45	5 km eller Runder i 4 min	14.10	Runder i 4 min	14.45	5 km
			14.45	5.km	14.30						