

PM för

VAIS-loppet

Tisdagen den 5 maj 2026

Ett terränglopp i Fyllerydsskogen

8,4 km och 4,4 km

Anmälan: Anmälan kan göras via formulär på vais.se till klockan 17.45. Anmälningsavgiften på 50 kronor betalas via Swish. Loppet är gratis för medlemmar i Växjö AIS.

- Anmälan är bindande. Anmälningsavgiften återbetalas endast vid inställt lopp.
- Allt deltagande sker på egen risk.

Direktanmälan: Sena anmälningar tas emot i VAIS-torpet klockan 17.45–18.15.

Nummerlappar: Alla deltagare ska bära nummerlapp, som hämtas i VAIS-torpet klockan 17.45–18.15 och lämnas tillbaka vid målet efter loppet. Deltagare på den långa banan har grön nummerlapp, och deltagare på den korta har gul nummerlapp.

Bansträckning: Loppet går på kuperat motionsspår genom naturreservatet Fylleryd. Vid större delningar är det skyltat med pil och texten VAIS-loppet.

Den långa banan, 8,4 kilometer, inleds ganska flackt men bjuder på en del kuperade avsnitt, särskilt mot slutet. Banan följer till stora delar Trestugespåret men går inte runt golfbanan.

Den korta banan, 4,4 kilometer, följer elljusspåret, ansluter till det långa loppet på väg mot Norrastugan, och de båda banorna avslutas med en lång backe upp mot VAIS-torpet.

Vätska: En vattenkran finns på VAIS-torpets östra vägg.

Start: Samling för alla deltagare vid starten klockan 18.20. Starten går klockan 18.30.

Toalett, dusch och omklädning: Utedass, wc, dusch och omklädningsrum finns i anslutning till VAIS-torpet.

Fika: Efter loppet bjuds alla deltagare på fika i VAIS-torpet.

Resultat: Tidtagning sker manuellt. Resultatlista redovisas på vais.se och på anslags-tavlan på VAIS-torpet.

Mer information om VAIS-loppet och våra aktiviteter finns på vais.se.

Varmt välkommen till en löparkväll vid VAIS-torpet!
Skid- och löpsektionen i Växjö AIS