



Det börjar dra ihop sig inför årets multisportsäsong!

Om du inte redan ligger i hårdträning inför sommarens roligaste tävlingar är det dags att sätta fart.

Vad är Multisport?

Multisport är en omväxlande och spännande uthållighetsidrott bestående av mountainbike, paddling, löpning och orientering i naturliga miljöer. Sporten bygger på samarbete såväl som teamkänsla, och tävlingsformen bjuder garanterat på både fysisk utmaning och naturupplevelser.

Ständigt attraheras allt fler till denna starkt växande idrott och många har under de senaste åren hittat den varierande och upplevelsebaserade träningsformen samt även fått uppleva den sammanhållning och goda stämning som finns bland deltagarna i Svenska Multisportcupen.

Svenska Multisportcupen 2009

Bestående av åtta deltävlingar där resultaten från fem av dessa räknas samman till en slutlig totalpoäng. Cupens deltävlingar är fristående med helt egna karaktärer och olika arrangörer, gemensamt är dock att tävlingarna står för en garanterat hög kvalitetsnivå.

I Svenska Multisportcupen tävlar man i tvåmannalag, i klasserna mix, dam, herr och ungdom. Deltävlingarna består av två banor, en lång bana med en beräknad segrartid på mellan 4-15 timmar samt en kort bana med en beräknad segrartid på 2-4 timmar.

Är du sugen på att tävla i Multisport i sommar?

Nytt får i år är att **FJS IF** kommer att ställa upp med lag under årets tävlingar. Ju fler som vi vara med desto fler lag kommer vi att kunna sätta ihop. Tanken är att vi ska finnas representerade i alla tävlingar under året. Lagen kommer att bestå av olika konstellationer beroende på vilka som kan vara med. Det spelar ingen roll om du varit med förut eller inte. Vi parar ihop deltagarna i lag så att paren ligger på samma nivå och kompletterar varandra. Med FJS IF i ryggen har vi alla möjligheter för att kunna genomföra tävlingarna på ett bra sätt. Och genom att vi kan samåka, bo och låna utrustning av varandra kan priserna hållas nere. Så vad väntar du på? Ju fler vi blir desto roligare blir det!

Tävlingskalender 2009

25 april - Skåne Adventure Race, **9 maj** - TSOK Multisport, Trollhättan, **30 maj** - Kolmården Adventure Race, **13 juni** - Hestra Adventure Race, **20 juli** - O-ringen Multisport, Eksjö, **5 september** - Stockholm Adventure Race, **19 september** - SM, Funäsdalen, **3 oktober** - Femmans Multisporttrace, Göteborg

Intresseanmälan

Det första du behöver göra om du vill tävla tillsammans med andra fallskärmsjägare i Svenska Multisportcupen i sommar är att skicka ett mail till Erik Höglund på eriksundsvall@hotmail.com och skriva namn, telefon, mailadress, vilket år du gjorde GU och vilka tävlingar du är intresserad av. Ytterligare information om tävlingarna kommer framöver. **(OBS! Anmälan till första deltävlingen bör vara inne senast den 28 februari för att få lägsta pris!)**

Behöver du inspiration eller vill veta mer? Besök www.multisportcupen.se eller titta på Multisportcupens introduktionsfilm: <http://www.youtube.com/watch?v=yPKUUAATzo2M>