

Välkommen till Blodomloppet!

– Malmö
24 maj 2011

Alla kan delta i Blodomloppet. Äldre som yngre. Samla ihop släkt, familj, vänner eller arbetskompisar och bilda ett lag. Ni som bildar lag om fem deltagare blir bjudna på en rejäl picknickkasse från ICA. Inom laget är det fritt att välja promenad eller löpklass. Deltagare i Lilla Blodomloppet kan ingå i laget till ordinarie lagpris. ICA-kundkort gäller hel familj. Start och mål på Heleneholms IP.

Distanser

Promenad 5 km (ny sträckning) start 18.30 inne på idrottsplatsen vid norra läktaren mot äldreboendet. Korta banan 5,6 km (se faktaruta om start). Långa banan 9,7 km (se faktaruta om start). Alla som fullföljer får efter målgång frukt, medalj och t-shirt. Fina priser som lottas ut

på nummerlappen. F&S leder uppvärmning före första start.

Lilla Blodomloppet

För dig mellan 6 - 12 år.

- Start på konstgräsplanen på Heleneholms IP.
- Mål på stora arenan Heleneholms IP.
- Distans cirka 600 meter.
- Alla deltagare får medalj och en fruktpåse från ICA.

Anmälan

Du anmäler dig eller ditt lag på:

www.blodomloppet.se

PG 682035-1. BG 975-7626

Glöm inte ange avsändare och orderid.

Blodgivare som anger detta vid anmälan får en mysig picknickfilt från Blodomloppet.

Anmälningsavgifter			
Vad	Kostnad	Rabatter	Information
Individuell anmälan	190 kr	Ica-kortskund 40:- Blodgivare 40:-	Anmälan senast 4 maj. Rabatter går inte att kombinera
Individuell efteranmälan	250 kr	Inga rabatter	Gäller anmälan efter 4 maj och senast 1 timme före start
Laganmälan inkl. picknickkasse.	950 kr	150:- om minst 3 i laget är blodgivare och/eller ICA-kortskund	4 maj är senaste anmälningsdag för lag.
Extra picknickkasse	200 kr	Inga rabatter	Beställs senast 4 maj
Ändringar i anmälan	50 kr		Gäller efter 4 maj
Lilla Blodomloppet anmälan	60 kr	inga	Anmälan senast 4 maj
Lilla Blodomloppet efteranmälan	100 kr	inga	Anmälan efter 4 maj



 **Blodcentralen Skåne**
En del av Region Skåne

Nummerlappar hämtas på Heleneholms IP, Ystadvägen 23 B, Malmö		
Lördag	21 maj	Kl: 11 - 14
Söndag	22 maj	Kl: 11 - 14
Måndag	23 maj	Kl: 8 - 18
Tisdag	24 maj	Kl: 15 - 18.25 (Dock inte senare än 30 minuter före respektive start).

Ingen information skickas hem före start.

Information om starter			
Vad	Starttid	Startplats	Information
Lilla Blodomloppet	17.45	På konstgräsplanen	
Promenadklass	18.30	Inne på idrottsplatsen vid norra läktaren.	Ny promenadslänga på 5 km.
10 km 1: start	18.35	Utanför klubbstuga	Föväntad löptid under 45 min.
10 km 2: start	18.40	Utanför klubbstuga	Föväntad löptid över 45 min.
5 km 1:a start	18.50	Utanför klubbstuga	Föväntad löptid under 30 min.
5 km 2:a start	18.55	Utanför klubbstuga	Föväntad löptid över 30 min.

Vätskekontroller kommer att finnas ute på banan och vid målet.

Ytterligare information

Heleneholms IF:s kansli dagtid 8 - 16 tel 040 - 19 42 20

Du kan också faxa eller maila dina frågor. Fax 040 - 96 60 20 eller mail blodomloppet@heleneholmsif.se.

Hemsidor: www.heleneholmsif.se eller www.blodomloppet.se

Nyheter

Promenadklassen får en egen bana som inte kolliderar med löpare. Lilla Blodomloppet för barn mellan 6 - 12 år.

Bli blodgivare i Skåne!

Alla som deltar i Blodomloppet bidrar till den livsviktiga blodgivningen. Blodcentralen vill därför rikta ett varmt tack till just dig.

Varje vecka behövs det cirka 1500 blodgivare i Skåne. Förra året gav över 27000 skåningar blod. Men det behövs 2000 fler som ger blod minst två gånger per år för att klara Skånes blodförsörjning.

Blod kan inte tillverkas på konstgjord väg. Det är dessutom en färskvara som bara kan lagras i sex veckor. Därför är din regelbundna insats som blodgivare så viktig. Ibland kan en patient behöva 80-100 påsar blod under ett dygn. Det motsvarar lika många blodgivares insats.

Är du mellan 18 och 60 år, väger minst 50 kilo och känner dig frisk är chansen stor att du kan bli blodgivare. Anmäl dig redan idag på Geblood.nu. Där hittar du även öppettider och mer information.

Välkommen till
Blodcentralen Skåne!

