

## Tri4fun i Hökåsengropen 29 augusti för 8 -15 åringar

### - Triathlon

Först och främst, vad är det?

- Triathlon:      Simning – Cykling – Löpning



Västerås Simsällskap tillsammans med Swimrun Västerås, Västerås orienteringsklubb, Västerås skidklubb, Västerås friidrottsklubb och Västerås cykelklubb anordnar ett prova-på evenemang i denna idrott.

### Info:

- ❖ Samling 17:45 i [Hökåsengropen](#), torsdag 29 augusti.
- ❖ Lämpligt för 8–15 år då vi simmar i Hökåsengropen på grunt vatten.
- ❖ Medtag egen fika och umgås efter loppet.
- ❖ Simkunnighet krävs.
- ❖ Har man svårt för något av momenten så kan man utesluta det och köra två av tre.
- ❖ Alla deltar GRATIS!



### Anmälan:

Anmäl gärna till [per.vikner@gmail.com](mailto:per.vikner@gmail.com) i förväg. Då kan vi kanske ordna med cykelställ mm. Annars går det bra att anmäla sig på plats.

### Material:

Medtag simkläder och löparskor. Ta med egen cykel och cykelhjälm. En handduk att ställa skorna på och för att torka av fötterna. Racercykel är **olämpligt** pga av underlaget som är grus/sand.

### Frågor:

[Per.vikner@gmail.com](mailto:Per.vikner@gmail.com) eller 070-869 51 61

Mvh Per Vikner, Triathlonansvarig i Västerås simsällskap