



## Inbjudan till Mälarthon Lördagen den 13 juli 2013

Välkommen till Fridhemskanotisterna och tävlingen Mälarthon i Stockholmscupen.

Mälarthon är som namnet antyder, ett maraton vars sträcka är från

Fridhemskanotisterna i Mälärhöjden, runt Lovön och tillbaka. Ca 28 härliga kilometer där du passerar kungens lya på Drottningholm, kan spana in soldyrkarna på Kärsöns norra udde & Kaananbadet samt avslutningsvis passera Fläsket.

Alla är välkomna att delta och alla typer av en eller tvåmansknoter får delta. Mälarthon utgör en deltävling i Stockholmscupen och deltagandet är gratis. För K2 ges ett tidstillägg på 3.5 % jämfört med K1 i resultatlistan.

**9.30** Samling & efteranmälan vid Fridhemskanotisterna.

**10.00** Genomgång av banan.

**10.30** Start.

Den rekommenderade banan kommer att vara 28 km. Även vid mindre vind kan det vara rejält skvalpigt med vågor vid vissa passager, liksom förekomma tung båttrafik. Vi har ingen följesbåt, därför rekommenderas att deltagare kan kamraträddning och uppstigning i egen kanot. **Obs: Flytväst är obligatoriskt!** Tävlingen sker i övrigt på egen risk.

Efter tävlingen bjuder Fridhem på fika.

Kartlänk till banan: <http://kartor.eniro.se/m/arCEg>

Hitta till fridhem: <http://fridhemskanotisterna.se/index.php/hitta-till-fridhem>

### Anmälan:

Föransmälan sker till [ordforande@fridhemskanotisterna.se](mailto:ordforande@fridhemskanotisterna.se) eller direkt på plats

1. Namn (och kön om det inte tydligt framgår av namnet)
2. Eventuell klubbtilhörighet
3. Födelseår
4. Kanotyp

**Välkomna önskar Fridhemskanotisterna!**