

**Kretsen arrangerer 3000m for alle på Trondheim stadion.**

**Dato**: 2. september. Tidsramme: 1800-2100

**Sted:**Trondheim stadion

**Påmelding:** <https://www.deltager.no/3000mforalle>

Totalt 135 plasser. Førstemann til mølla!

Det deles inn i heat ut fra forventet sluttid. Åpent for utøvere på alle nivå, både damer og herrer fra 13 år til veteran. Tidsskjema og heatfordeling kommer etter påmeldingen er avsluttet. Heatene blir sendt på mail og publisert på kretsens [hjemmeside](https://www.friidrett.no/k/sor-trondelag/). Løpene vil bli streamet og link til streamen legges ut på hjemmesiden i forkant av stevnet.

Påmeldingsfrist: 29. august kl. 23.00.

Kontaktperson: ola.sakshaug@friidrett.no

