

Röjåbanan

Stämpel 1

Stämpel 2

Stämpel 3

Bergbanan

Stämpel 1

Stämpel 2

Stämpel 3

DU genomför Böle UPP o NER som en individuell motionsaktivitet, när du vill under 5 veckor. Start och mål vid Bölegården. En aktivitet för alla åldrar där DU promenerar, springer eller cyklar MTB

Startavgift:

50 kr /deltagare . (t.o.m. 12 år 20 kr) betalas med:

swish till:1236837561, Under meddelande anger du : BUN25, samt namn på den/de deltagare betalningen gäller eller **kontant** i Bölegårdens postlåda vid entrén. (använd avsett kuvert. Skriv summa och namn)

Priser: utlottning av lokalproducerat

Banor: Valfritt att göra den ena eller båda

Bergbanan; 6,8 km, från Bölegården-uppför byn-upp på berget och tillbaka)

Röjåbanan; 6 km, från Bölegården – ner till Röjån – Hammarede och tillbaka)

OBS! vissa avsnitt med svår cykelterräng

Genomförande med eller utan tidtagning:

Utan tid. DU genomför aktiviteten med stämpelkort och ett antal kontroll-stämplat som finns efter banan.

Med tid; För dej som har sportklocka med tillhörande app eller liknande mobilapp..

OBS!

**DU genomför Böle UPP o NER
på egen risk**



21/6-31/7,2025

En motionsaktivitet för ung och gammal

Utlottning av fina priser!

Gör så här:

- **Betala startavgift**, (se kortets baksidan)

- Alt .1 **Utan tidtagning** Fyll i **namn och telefon** (på baksidan). DU genomför aktiviteten med detta kort och ett antal kontrollstämplat som finns efter banan. Efter målgång lämnas kortet i Bölegårdens postlåda (vid entrén)

- Alt.2 **Med tidtagning.** För dej som har sportklocka med tillhörande app eller liknande mobilapp. Efter att du genomfört banan med dessa tillbehör, så kan DU Dela resultatet (Kartbild på din rutt, tid och antal km).

Skicka MMS till 0703460935 eller
maila: fbolearden@gmail.com.

Glöm ej att ange ditt namn och telefonnummer

Tele.nr

Namn:

Röjåbanan

(utmanande cykelterräng)

Längd: 6 km

Stigning: 45 höjdmeter

Utför: 50 höjdmeter

Start /mål: Bölegården
(start till vänster om entrén ,
mål vid bakstugan)

Märkning: rött o vitt

Bergbanan

Längd: 6,8 km

Stigning: 135 höjdmeter

Utför: 130 höjdmeter

Start / mål: Bölegården
(mittemot entrén)

Märkning: rött o vitt

