

Aktivitetskalender för Hemlingby LK 2024 – egna arrangemang samt externa tävlingar av intresse

www.hemlingbylk.se, [Hemlingby Löparklubb](#) | [Facebook](#)

	Vad?	När?	Var?
Bore Cup 2	Deltävling 2 i 2024 års Cup	Lö 20/1 12.00	Björklinge,
Pommacgaloppen	10 km löpning för att hylla klubbens bildande 1982. Start med handikappsystäm baserat på ålder och kön. Bjuds på Pommac efter målgång.	Lö 27/1 12.00	Hemlingby
IDM	Inomhus DM, mittsvenska Läs mer: https://www.friidrott.se/mittsvenska/	Lö-Sö 10- 11/2	Gävle
Bore Cup 3	Deltävling 3 i 2024 års Cup	Lö 17/2 12.00	Hemlingby
Årsmöte	Klubbens årsmöte med fika	Ons 21/2 18.00	Billeruds besökcenter
IVSM	Inomhus SM	Fre-Sö 1- 3/3	Varberg
Bore Cup 4	Deltävling 4 i 2024 års Cup	Lö 9/3 12.00	Västerås
IVEM	Inomhus EM	16-23/3	Torun (Polen)
Tävling	Backtävling/träning	Lö 15/6 11.00	Hemlingbybacken
Grillning	Grillning och samkväm	Lö 15/6	Hos Skäringer
Mörtebojoggen	10 km i blandad terräng. HLK är medarrangör.	Juli	Mörtebo (utanför Ockelbo)
UVSM	Ute veteran SM	2-4/8	Karlstad
VVM	Veteran VM i friidrott	13-25/8	Göteborg
Vildmarksmilen	Gång/Lilla/10/15 km i tuff terräng HLK arrangerar, funktionärer behövs.	Lö 30/8	Hemlingby
SM halvmarathon	Sker som del av Stockholm halvmarathon	Lö 7/9	Stockholm
KM, höstmöte och kamratmiddag	Klubbmästerskap 5/10 km samt höstmöte och kamratmiddag	Lö 21/9 16.00	GOK-stugan
Lidingöloppet	Det klassiska loppet.	Lö 28/9	Lidingö
Bore Cup 1	Första deltävlingen i 2025 års Bore Cup	Ej beslutat	Sannolikt Västerås
Luciajogg	Marschallöpning med start i Hemlingby spårcentral. Glögg och pepparkakor utlovas	Ti 10/12 18.00	Hemlingby
Juljogg	Tomtejogg genom staden i lugnt tempo. Klädsel: tomteluva, gärna hemlingbyjacka	Julafton 10.00	Hemlingby spårcentral

Träningar:

Tisdagar: 18.00 Hemlingby Spårcentral, backe eller intervallpass.

Torsdagar (vintern, 12/10 2023-14/3 2024): Gävlehov, omegahallen 18.30-20.00, Gävle OK och HLK arrar.

Fredagar (när det är ljusst): 17.00 Boloungern-Krusenstjernas allé. Intervaller.

Söndagar: 10.00 Hemlingby spårcentral, distans/långpass.