



Aktivitetskalender för Hemlingby LK 2025.

Egna arrangemang samt några externa tävlingar av intresse

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

| Namn | Vad? | När? | Var? |
|-------------------------------|---|-------------------------|---------------------------|
| Bore Cup 2 | Deltävling 2 i 2025 års Cup, 7,5 km | 18/1 | Uppsala |
| Pommacgaloppen | 10 km löpning för att hylla klubbens bildande 1982. Start med handikappsysten baserat på ålder och kön. Pommac efter målgång. | 25/1 12.00 | Hemlingby spårcentral |
| IDM | Inomhus DM i friidrott | 8-9/2 | Gävle |
| IVNM | Nordiska veteranmästerskapen i friidrott inomhus | 14-16/2 | Hvam, Norge |
| Bore Cup 3 | Deltävling 3 i 2025 års Cup, 5/10 km | 15/2 | Björklinge |
| Bore Cup 4 | Deltävling 4 i 2025 års Cup, 7,5/15 km | 1/3 | Hemlingby |
| Årsmöte | Klubbens årsmöte med fika | 5/3 18.00 | Billeruds besökcenter |
| IVSM | Inomhus-VSM i friidrott | 7-9/3 | Västerås |
| SM halvmarathon | SM i halvmarathon | 10/5 | Stockholm |
| DM/VDM | DM-helg friidrott | 7-8/6 | Bålsta |
| Hemlingby Topplopp | Backtävling med flera sträckor för vuxna och barn med HLK som arrangör, funktionärer behövs. | 4/6 18.00 | Hemlingby spårcentral |
| Grillning | Grillning och samkväm | 14/6 16.00 | Hos Nilseng/Skäringar |
| VSM halvmaraton | Veteran-SM i halvmarathon | 28/6 | Kalmar |
| Mörtebojoggen | 10 km i blandad terräng. HLK är medarrangör | Troligen början av juli | Mörtebo (utanför Ockelbo) |
| VSM arena | Ute veteran-SM i friidrott | 29-31/8 | Hässleholm |
| VSM marathon | Veteran-SM i marathon | 6/9 | Helsingborg |
| Vildmarksmilen | Gång/Lilla/10/15 km i tuff terräng med HLK som arrangör, funktionärer behövs. | 13/9 11.00 | Hemlingby |
| KM, höstmöte och kamratmiddag | Klubbmästerskap 5 /10 km samt höstmöte och kamratmiddag | 11/10 16.00 | GOK-stugan |



Välkommen till

HEMLINGBY LÖPARKLUBB



| | | | |
|-----------------|---|-------------------|-----------------------|
| Lidingöloppet | Det klassiska loppet 10, 15 och 30 km. | 27/9 | Lidingö |
| SM-helg terräng | SM, ungdoms-SM och veteran-SM terräng | 18-19/10 | Lidingö |
| Luciajogg | Marschallöpfung i lugnt tempo. Glögg och pepparkakor utlovas | 10/12 18.00 | Hemlingby spårcentral |
| Juljogg | Tomtejogg genom staden i lugnt tempo. Klädsel: tomteluva och gärna hemlingbyjacka. Glögg och pepparkakor utlovas. | Julafton 10.00 | Hemlingby spårcentral |

Träningar:

Tisdagar: 18.00 Hemlingby Spårcentral, backe eller intervallpass.

Torsdagar vinter: Gavlehov, omegahallen 18.30-20.00, Gävle OK och HLK arrar.

Fredagar (vår/sommar/höst): 17.00 Boloungern - Krusenstjernas allé. Intervaller.

Söndagar: 10.00 Hemlingby spårcentral, distans/långpass.

Kolla även på Facebook/hemsida för aktuell status.