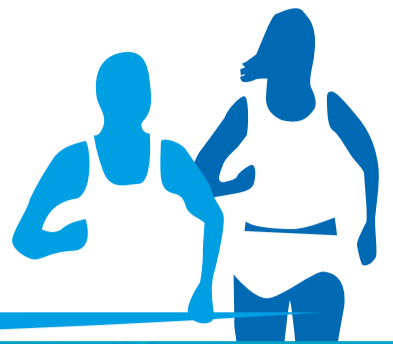


Inbjudan 2022

# trosa stadslöpp



FREDAG 1 JULI 2022 - 36 ÅR

SOMMAR OCH SOL

KLASSER FÖR HELA FAMILJEN

BÄSTA LOPPET



EN VISTELSE PÅ GAMP JÄRVYSÖ LOTTAS UT!

*Festlig sommarstämning!*

*Fredagen 1 juli 2022*

# trosa stadslöpp



# Festlig sommarstämning! Fredagen 1 juli 2022



Traditioner är till för att föras vidare. Nu drar Trosa Stadslopp igång för 36:e året. En sedvanlig folkfest - eller mera rätt, Trosa kommuns största folkfest! Alltid första fredagen efter midsommar. I år blir det fredagen den 1 juli.

Trosa Stadslopp har blivit framröstat till "det bästa loppet" i Stockholmstrakten av FK Studenterna elva (11) gånger på 2000-talet.

#### Nomineringen talar för sig själv!

Alla kan hitta en klass att delta i Trosa Stadslopp – motionärer, elitlöpare, nybörjare, ungdomar och småtingar. Testa loppet du också och upplev sommarstämningen i Trosa denna helg!

#### Positiva upplevelser

Banans sträckning genom det sommarfagra Trosa, närheten till vattnet, all publik samt tätheten i loppet förstärker de positiva upplevelsorna runt Trosa Stadslopp.

#### Stadsloppskonsert i Trosa stads kyrka 1 juli kl. 22.30

Efterfrågad traditionsenlig konsert i sommarnatten.

Concerto in C

Musik från Cornelis till McCartneys senaste

Schlagerstjärnan Magnus Bäcklund

Thomas Ahrén du Quercy and his band

**Fritt inträde! Kom i tid!**

#### Gratisbuss till Södertälje och Stockholm

Trosa Stadslopp erbjuder gratisbuss, en avgång, på fredagsnatten, från vändplan vid nedre hamnområdet, kl 00:30 via Vagnhärad, Södertälje (Lovisingsgatan) till Cityterminalen Stockholm. Visa nummerlappen

Information för dig som inte kommer med eget färdmedel till Trosa: resplus.se, lanstrafiken.se Länstrafikens Trafikupplysning, tfn 020-22 40 00, SJ tfn 0771-75 75 75. Den populära Trosabussen kör med täta åkturer Trosa - Liljeholmen t o r.

[www.trosabussen.se](http://www.trosabussen.se)



**FILHOS DO SAMBA** - Samba Trumorkester med Sambadansös/Lady underhåller på strategiska ställen nära centrum/varvning.

Ny stolt huvudsponsor  
**ORCA** entreprenad ab



Det är Trosabygdens OK som arrangerar Trosa Stadslopp och hälsar dig välkommen!



**Trosabygdens OK**



Kontakt: Tävlingsansvarig Pelle Bång [info@trosastadslopp.se](mailto:info@trosastadslopp.se) alt. 070-606 20 23



**För mer info – [trosastadslopp.se](http://trosastadslopp.se)!**





### Tävlingsinformation

Uppvärmningen börjar kl 18:20 för de yngsta. Därefter startar tävlingsklasserna kl 18:30 - pojkar och flickor 9-10 år (F10 och P10 grön nummerlapp) som springer 700 m. Kl 18:35 startar Knattar 6-8 år (blå nummerlapp) och 18:40 startar de allra minsta Knyttar 0-5 år (röd nummerlapp). Både Knattar och Knyttar springer 700 m. **OBS! Inget officiellt digitalt resultat för ålder under 12 år enligt Friidrottsförb.** På kvällen kommer dock resultatlista sättas upp och prisutdelning ok.

Tävlingsklass pojkar och flickor 13-14 år startar kl 19:00, tävlingsklass pojkar och flickor 11-12 år kl 19:15 vid Östra Långgatan. Klass 8 Jogging startar kl 19:40 och klass 7 Stavgång kl 19.45 framför scenen med riktning mot Trosa stadshotell. Se vidare klassindelning och kartor för mer information.

Vi har Chip-tidtagning för alla och med 2 (två) mellantider på långa banan 8,9 km. Alla klasser använder engångschip som fästes på skon. Nettotider gäller på 8 900 m (tiden startar när du passerar startlinjen) för alla utom eliten (som går fram en bit vid start och där startskottet/startsignalen gäller som "starttid").

Långa banan är kontrollmätt av legitimerad förbundsmätare i oktober 2004.

Maxtid på 40 minuter till varvning för att få fortsätta. Vi uppmanar de löpare som beräknar en sluttid på långa banan (8,9 km) över 70 minuter att istället välja klass Jogging 4 km. Friskis och Svettis Trosa står för uppvärmningen inför starterna. För pojkar och flickor 9-10 år, klass 5 knattar och klass 6 knyttar sker uppvärmningen med "Hoppis och Skuttis" och Grodan, Haren och Björnen från lastbilsflak.

### Inbjudan och PM

Vill du ha inbjudan hemskickad eller mer information om Trosa Stadslopp titta in på vår hemsida trosastadslopp.se där finns även denna inbjudan som pdf att läsa. Löpar-PM kommer att finnas på vår hemsida trosastadslopp.se och i Östra Sörmlands Posten tisdag 21 juni.

### Anmälan senast 23 maj

Anmälan sker via vår hemsida [www.trosastadslopp.se](http://www.trosastadslopp.se) - Där kan du anmäla dig själv och/eller flera samt välja mellan kortbetalning direkt eller direktbetalning via din bank.

Vi har även swish som betalmedel då du anmäler dig.

Anmälan är giltig först då du betalt in startavgiften till Trosa Stadslopp. Senaste ordinarie anmälningsdag är måndagen den 23 maj 2022. Har du inte möjlighet att anmäla dig direkt från vår hemsida, ange då alla uppgifter om löparen via meddelande på inbetalningen:

- Namn, klubb/förening/ort, födelseår, klass, fullständig adress och e-postadress.
- Du väljer själv vilken startgrupp du vill springa i (gäller endast de som avser starta i klass 1 och 2).
- Använd Trosa Stadslopps bankgiro 488-8335.

OBS! Får du inte plats med alla uppgifter, e-posta dem till [pelle@trosastadslopp.se](mailto:pelle@trosastadslopp.se)

### Efteranmälan och direktanmälan

Efteranmälan sker mot förhöjd avgift fram till måndagen den 6 juni 2022.

Direktanmälan gäller från och med tisdagen den 7 juni 2022.

Anmälan via internet är öppen till 30 juni kl. 18.

Från och med måndagen den 13 juni 2022 kan du även anmäla dig direkt hos Team Sportia Trosa (strax intill Trosa Torg) och från kl 10 den 1 juli 2022 vid arrangörens nummerlappsutdelning/Direktanmälan. Detta kan ske fram till din start men för din egen del var ute i god tid.

OBS! Vi kan inte ta emot anmälan via telefon!

Vi lottar ut en vistelse på  
CAMP JÄRVSÖ till en (1)  
deltagare på 8 900 m



## HUVUDSPONSORER



Det är Favarent som bygger och river scenen, målkorridoren och startspeakertornet i Trosa Stadslopp på fredagen den 1 juli!



Vi delar ut Vitamin Well efter mål. Vitamin Well + 001 är en sportdryck som hjälper dig att återställa vätskebalansen berikad med vitaminer, elektrolyter och aminosyror. Vitamin Well + 002 och Vitamin Well + 003 är sockerfria alternativ.



# Välkomna hälsar Trosabygdens OK!



# INFORMATIONSKARTA

trosa stadslopp

1 juli 2022



Alltid fredagen efter midsommar!



För mer utförliga kartor samt banprofil hänvisar vi till [trosastadslopp.se](https://trosastadslopp.se)

Trosa Stadslopp, c/o Mats Nyman, Herberts väg 4, 610 73 Vagnhärad  
Bankgiro 488-8335



## Klassindelning, banlängd, starttid och startavgift

Klass	Beskrivning och starttid	Ordinarie Anmälan - 23/5	Efter-anmälan - 6/6	Direkt-anmälan - 1/7
1	Herrar, 8 900 m, tävling/motion, Startgrupp beräknad tid på 10km 1: under 40min (start 21.00), 2: 41-47 (21.02), 3: över 47min (21.04)	270 kr	320 kr	370 kr
2	Damer, 8 900 m, tävling/motion, Startgrupp beräknad tid på 10km 1: under 46min (start 21.00), 2: 47-54 (21.02), 3: över 54min (21.04)	270 kr	320 kr	370 kr
P14	Pojkar 13-14 år, 2 300 m tävling, f. 2008-2009, start kl. 19.00	80 kr	100 kr	120 kr
F14	Flickor 13-14 år, 2 300 m tävling, f. 2008-2009 start kl. 19.00	80 kr	100 kr	120 kr
P12	Pojkar 11-12 år, 2 300 m tävling, f. 2010-2011, start kl. 19.15	80 kr	100 kr	120 kr
F12	Flickor 11-12 år, 2 300 m tävling, f. 2010-2011, start kl. 19.15	80 kr	100 kr	120 kr
P10	Pojkar 9-10 år, 700 m tävling, f. 2012-2013, start 18.30	80 kr	100 kr	120 kr
F10	Flickor 9-10 år, 700 m tävling, f. 2012-2013, start 18.30	80 kr	100 kr	120 kr
5	Knattar 6-8 år, 700 m, pojkar/flickor f. 2014-2016, start kl. 18.35	80 kr	100 kr	120 kr
6	Knyttar 0-5 år, 700 m, pojkar/flickor f. 2017-2022 start kl. 18.40	80 kr	100 kr	120 kr
8	Jogging Damer/Herrar, 4 km, start kl. 19:40	220 kr	270 kr	320 kr
7	Stavgång Damer/Herrar, 4 km, start kl. 19:45	220 kr	270 kr	320 kr

## KLASSKAMPEN!

**trosa stadslopp**  
1 JULI 2022

**GRATIS!**  
PÅ EN SKOLA I TROSA KOMMUN

**KLASS 4-5** **KLASS 7-8**

### VINN 5000 KR TILL KLASSEN!

### SPRING TROSA STADSLOPP GRATIS!

**Klassen med flest deltagare i mål vinner!**  
Vid lika antal i mål gäller antal elever/klass  
Detta gäller endast elever i 4:an eller 5:an och 7:an eller 8:an på en skola i Trosa Kommun

Under ANMÄLAN finns en specifik länk [Anmälan KLASSKAMPEN](#) där du eller klassansvarig kan anmäla dig eller hela klassen med namn, ålder, "Klasskampen" framför skola och klassnamn.

**OBS! INGEN GRATISANMÄLAN PÅ PLATS 1 JULI!**

Klass 4-5  SPONSORER  Klass 7-8

Mer information kan du få genom att gå in på [www.trosastadslopp.se](http://www.trosastadslopp.se) eller fråga via [info@tbok.se](mailto:info@tbok.se) alt. kontakta Pelle Bång 070-606 20 23

## FÖRENINGSKAMPEN

**trosa stadslopp**  
1 JULI 2022

### FÖRENINGSKAMPEN

- En lagtävling där flest deltagare i mål vinner!  
Även pris för bästa tid och laganda!

Vi erbjuder under årets lopp en **ny lagtävling** där deltagare från 13 år och uppåt kan delta på 2,3 km, 4 km eller 8,9 km. Anmäl ert lag och utmana övriga föreningar i Södermanland - södra Storstockholm.

**Den högsta prissumman 2 500:- ges till det lag som har flest deltagare (tränare, lagdeltagare) i mål oavsett vilket lopp man väljer.**

Vid lika antal deltagare i mål vinner det lag som har en deltagare med den bästa tiden på 8,9 km. För att ingå i lagtävlingen krävs det att laget har minst 10 deltagare även tränare kan delta). OBS! Lagdeltagare är även med i den individuella tävlingen.

**Alla springer i sina matchställ eller klubbkläder.**

Den snabbaste killen och den snabbaste tjejen på 8,9 km vinner pris värt 500:- var.  
Bästa lagutstyrelse t ex med en fotboll, innebandyklubba, kapphäst erhåller 10 biljetter till Boda Borg i Oxelösund för bästa laganda!

**OBS! Anmälan är rabatterad med 50% .**  
**Anmälan senast onsdag 29 juni!** Föreningar kan bli fakturerade.  
Lagledaren anmäler laget med "Föreningskampen" framför lagnamnet via en **specifik länk under ANMÄLAN** på hemsidan [trosastadslopp.se](http://trosastadslopp.se)  
Mer information eller frågor [pelle@trosastadslopp.se](mailto:pelle@trosastadslopp.se)  
**Anmäl er före den 10 juni så syns ert lagnamn i ÖSP-bilagan!**

[Anmälan FÖRENINGSKAMPEN](#)



# Sommarens härliga stunder



Mat, dryck och umgänge ute

När värmen kommer dukar vi ute på innergården vid lusthuset. Under sommaren är det uppehåll för lunch och AW. I stället öppnar vi för mat 18:00 medan baren öppnar några timmar tidigare. På söndagarna i juli samt 7 augusti tänds vi grillen och erbjuder grillbuffé med många härliga tillbehör. Övriga sommaröppna söndagar serveras à la cartemeny.

Spa öppet alla dagar i sommar

Spa är öppet regniga och soliga dagar. Boka ett besök i sparelaxen eller en härlig behandling och njut. Det finns prisvärda dagspa-paket på webben. Spabutiken är öppen hela sommaren med många roliga presenttips och hudvård till dig själv.

Träningsöndag med Sabina Dufberg 5 juni

Boka en heldag med träningspass utifrån dina förutsättningar, föreläsningar, mat och roligt umgänge med eller utan logi. Se mer under paketerbjudande på vår webbsida.

Det är även träningsöndag med Helena Öberg 29 maj då endast med logi. Finns information även om detta på webbsidan.

Glad sommar och varmt välkommen!



## Trosa Stadshotell & Spa

[www.trosastadshotell.se](http://www.trosastadshotell.se) 0156-170 70



"JÄRNA TRÄ får mina byggen att snurra"

# Woody

BYGGHANDEL



Varför flänga runt?  
Här finns allt du behöver



VI ÖNSKAR ALLA  
DELTAGARE  
LYCKA TILL  
PÅ STADSLOPPET



"JÄRNA TRÄ får våra byggen att snurra"



## JÄRNA TRÄ | Woody

BYGGHANDEL

WWW.JARNATRA.SE INFO@JARNATRA.SE  
TUNA INDUSTRIVÄG 19 - 08-554 811 10 - MÅN-FRE 06:30-17:00





# FINESSA VARVET



## Ditt varv i Trosa

### WATSKI - Premium Dealer

Båttillbehörsbutik • Vinterförvaring  
Reparationer • Service • Båtförsäljning

 **YAMAHA** **FOGELSTA** FINNMASTER

**HUSKY** **pioneer** *Crescent*

**RESPO**  


*Det finns alltid nya båtar och vattenskotrar i lager!*



*Hittar du varan billigare i någon annan fysisk butik så prismatchar vi - läs fullständiga villkor på vår hemsida!*

Öppettider butik: vardagar 8-17, lördagar 10-13

0156-139 00

Västra Långgatan 2

finessa.se



## Trosa Vandrarhem

### Nära centrum

### Öppet året runt!

Vandrarhemmet är beläget vid hamnen i Trosa, Västra Långgatan 2, ca 300m från Torget.

trosavandrarhem.se

070-561 21 42





# Nya **TROSAt rampen**

## Söndag 15 MAJ 2022 90/57 KM

**VÄLKOMMEN!**

90 km fyra startgrupper - första start kl. 10.00

Ord.anmälan 300 kr/250 kr, senast 11 maj, därefter + 100 kr. Samling, nummerlappsutdelning, direktanmälan, parkering, dusch, ombyte vid **OBS NYTT! Norrbyvallen Västerljung.**

3 depåer på 90 km, 1 på 57 km, soft, banan, bulle och vatten. Medalj, lättare mat, dryck, godis efter mål! Gratis massage!

All information finns på Trosabygdens OK- Cykel hemsida:

1. >38 km/h - Start 10.00
2. ca 35 km/h - Start 10.05
3. 30 -33 km/h - Start 10.10
4. < 30 km/h - Start 10.15

**[www.tbok.se...cykel](http://www.tbok.se...cykel)**

Kontakt: Tävlingsledare Pelle Bång  
070-606 2023, [pelle@pellebang.se](mailto:pelle@pellebang.se)

57 KM - 1 startgrupp, start 10.20

Pensionärer och ungdom t o m 16 år  
betalar halva priset!

Anmäl och betala direkt via hemsidan! Chip på hjälmen, incheckning, resultat...



Trosabygdens OK  **TROSAt rampen** 



Uppge: Namn, e-post, startgrupp, adress, födelseår, klubb, närmast anhörig, tele., din mobil. Trosabygdens OK Bankgiro 206-2867

Vi hoppas att ALLA oavsett hastighet får en härlig cykeltur!

**[www.tbok.se](http://www.tbok.se)** välj **cykel**

### Information till boende nära Norrbyvallen och trafikanter på Västerleden Söndag 15 maj

Trosatrampen är ett traditionellt Cykel Motionsarrangemang på landsväg, i år artonde gången och nu i år från ny plats.

Arrangemanget är godkänt av Länsstyrelsen och alla instanser samt sanktionerat av Svenska Cykelförbundet.

Deltagarna kan välja att cykla långa banan på 90km eller en kortare på 57km. Start kl. 10:00 – ca 10:30. Målgång från ca 12:00 - 14:30.

Cyklister startar i större grupper med 5 min mellanrum. Färden går från Norrbyvallen och vidare ut genom Västerljung ut på Studsviksvägen, väg 219. Allmänna trafikregler gäller.

Cyklister kommer tillbaka till Norrbyvallen via gamla E:4an/Riksettan och in på Västerleden vid Sille. Målgången är belägen utanför Norrbyvallen.

Nobina har busshållplats där 710:an passerar på Västerleden. Nobina meddelad.

Funktionärer kommer att finnas på plats från ca kl. 7-16 under söndagen den 15 maj.

Även flera timmar under lördagen 14/5.

Vi hoppas att aktiviteterna inte ska orsaka några problem.

Kontakt och mer information Pelle Bång 070-606 20 23



Öppet  
alla dagar  
7-22

# ICA

Bistro  
Fiskdisk  
Köttdisk



Rebecca

## KVANTUM TROSSEN



Malin



Sara



Linda och Jenni



Linnea  
och Disa



Marie



Cilla  
och Minna

# icatrossen.se

0156-348 50 • info.trosa@kvantum.ica.se





Med trygghet och service i fokus kan vi med vårt breda sortiment erbjuda kvalitativa och anpassade produkter. Vi har ett nära samarbete med ledande tillverkare i Europa. Colia strävar efter att vara en stark aktör inom HORECA och offentlig sektor.



Kyl- och frysprodukter för användning i laboratorier och inom forskning måste uppfylla höga krav. Med exakt elektronik och temperaturinställningar exakt på graden ser laboratorieprodukter och medicinkylskåp från Colia till att hålla temperaturen på konstant nivå på ett utmärkt sätt. Våra medicinkylar är samtidigt energieffektiva och skonsamma för miljön.



[www.colia.se](http://www.colia.se)

**COLIA**  
FESTIVO **PORKKA** Group

Colia Scandinavia AB  
Industrigatan 21, 619 33 Trosa

**Du har väl inte missat  
Klasskampen och Föreningskampen!  
Läs mer på sid 5**

**KLASSKAMPEN!**

**trosa  
stadslopp**

1 JULI 2022

**GRATIS!**  
PÅ EN SKOLA I  
TROSÅ KOMMUN

**KLASS 4-5** **KLASS 7-8**

**VINN 5000KR  
TILL KLASSEN!**

**FÖRENINGSKAMPEN**

**trosa  
stadslopp**

1 JULI 2022

**FÖRENINGSKAMPEN**  
- En lagtävling där flest deltagare i mål vinner!  
Även pris för bästa tid och laganda!

**Östkustens  
Byggteknik AB**

**BYGGNATION  
OCH ENTREPRENAD**  
OSTKUSTENSBYGGTEKNIK.SE  
070 225 66 70



# ALUKIN

BY ROSLAGEN - SWEDEN



**Auktoriserad service & försäljning**

**VOLVO  
PENTA**





It's better outside >>

# HÖJ PULSEN!

Ta din träning till nästa nivå!



**149.-**

**NORTH BEND CASABLANCA TEE**

Funktions t-shirt med lös passform, rund hals och kort ärm. Snabbtorkande med god andning. Dam- och herrstorlekar.

**349.-**

**NORTH BEND DURBAN TIGHTS**

Löpartights med hög midja. Fuktt transporterande material som ger bra rörelsefrihet. Reflexdetaljer för ökad synlighet. Damstorlekar.



**1599.-**

**SAUCONY GUIDE 15**

Lätta och stabila skor med maximal löpkänsla. Dam- och herrstorlekar.

**4 FÖR 199.-**



**99.-**

**SEGER FUNCTIONAL SOCK**

Funktionsstrumpa med god komfort, optimal passform och som minimerar risk för friktion och skavsår.



**199.-**

**NORTH BEND CASABLANCA L/S**

Långärmad funktions t-shirt som passar till de flesta aktiviteter. Dam- och herrstorlekar.



**399.-**

**NORTH BEND CAMWELL PANT**

En funktionell träningsbyxa i ett ventilerande material. Dam- och herrstorlekar.

**KLUBB PRIS**



**1299.-**

~~1599.-~~

**SAUCONY AXON 2**

En löparsko med god komfort, stabilitet, låg vikt och snabb löpglädje. Dam- och herrstorlekar.



**PULS-HÖJARE**

**1499.-**

**ASICS GT-2000 10 MK**

Löparsko som passar flera olika löpstilar fullpropad med teknologier – så att du kan fokusera på vägen framför dig! Dam- och herrstorlekar.



**499.-**

**NORTH BEND KAIRO**

Vindtät löparjacka med bra funktion. Jackan har halvhög krage, fullängds dragkedja, två fickor med dragkedja och reflekterande detaljer. Dam- och herrstorlekar.



**299.-**

**NORTH BEND LAGOS 2-IN-1 SHORTS**

Funktionella shorts i ett lättviktsmaterial med innerbyxa för en aktiv vardag och olika typer av aktiviteter! Herrstorlekar.

**1899.-**

**SCOTT KINABALU 2 GTX®**

En mångsidig traillöparsko för vardagslöparen som springer på stigar, elljusspår eller i terräng. Dam- och herrstorlekar.



**TRAIL-RUNNING!**

**VÄLJ FUNKTIONSMATERIAL ÄVEN I UNDERKLÄDERNA!**

**TIPS!**

**TEAM SPORTIA®**

**TROSA**

Priset gäller så långt lagret räcker dock längst t.o.m. 1/7-2022. Vi reserverar oss för ev. slutförsäljning och felskrivningar.

TROSA, ÖSTRA LÅNGG. 25 • Tel. 0156-12640 • teamsportia.se • Öppet: Mån-fre 10.00-18.00, Lör 10.00-14.00