

Vasaloppsrodden 2024



Välkommen till en av årets stora utmaningar! Från Sälen till Mora på roddmaskin.

När startskottet för Vasaloppet avlossas i Sälen **söndagen den 3 mars kl 08.00** börjar vi också ro i fädrens spår (fast i vår båthall). Loppet varar ca 4 timmar. Tiden vi ror beror på hur snabbt vinnaren i Vasaloppet åker skidor. Vi följer allt på vår storbildskärm.

1) Du kan delta individuellt och ro solo från början till slut

eller

2) Sätta ihop ett lag med max fyra personer som ska ro stafett genom hela Vasaloppet. Laget väljer själv när man vill byta roddare och vem som håller igång roddmaskinen, och hur länge.

Under passet bjuder vi på blåbärssoppa och bullar samt kaffe/te för att hålla energinivån uppe.

Vill du vara med? Anmäl dig eller ditt lag **senast söndagen den 25 februari** till frank.f.mika@googlemail.com som även svarar på eventuella frågor. Mer information kommer också finnas i SRF Roddare på Facebook.

Hoppas vi ses vid båthuset för detta historiska lopp, antingen som åskådare eller som roddare. ...och givetvis har även vi en kranskulla på plats!

Vasaloppsrodden 2024

Welcome to one of this year's big challenges! From Sälen to Mora on a rowing machine.....90 glorious km

Date and time Sunday 3rd March 08:00 -12:00

When the starting pistol for the Vasaloppet is fired in Sälen on Sunday 5 March at 08.00 we will also start rowing in the footsteps of our fathers who first made this journey in 1520.

We will follow the 100,000 participants of Vasaloppet on the big screen in the boat hall and when the winner of the Vasaloppet crosses the finish line, so do we!

The race lasts about 4 hours, the time depends on how fast the Vasaloppet is skied.

During the session we will provide blueberry soup and buns as well as coffee/tea to keep your energy levels topped up, if you wish to bring something else you are welcome to do so.

- 1) You can participate individually and row solo from start to finish
- 2) Or why not put together a team with a maximum of four people who will row relay throughout the Vasaloppet. You choose when you need blueberry soup and to change rowers, you can row as much or as little as the body can take. Feel free to register under a fancy team name..... SRF (Seriously Rugged Foreigners) will probably be snapped up quickly.

Do you want to join? Register yourself or your team no later than Sunday, February 25 via frank.f.mika@googlemail.com. If you have questions, please send them to the same e-mail address as above and we will be happy to answer them.

Hope to see you at the boathouse for this historic race, either as a spectator or as a rower.