

**Llanelli 10 Mile
Challenge
Sponsored By**



(Under UK Athletics Laws)



Trophies to 1st, 2nd & 3rd in all categories
Race Memento awarded to all who Finish

February 17th 2013

A GREAT DAY OUT



FEBRUARY 17TH 2013

10:00am START

Trophy Categories

1st Overall Male & Female
Males under 40, V + 40, V + 50, V + 60
Females under 35, V + 35, V + 45, V + 55
1st Corporate Team
1st Carmarthenshire Male/Female
(Only 1 trophy per person)

**Traffic Free Course / Chip Timing /
Race Memento**

Fees:

Adults (Over 16) Affiliated to AAW £ 10.00
Adults (Over 16) Non-Affiliated to AAW £ 12.00

Corporate Team Entry Available – please see
website for details - 10 places for £90

Closing date for postal entries:
February 13th 2013

Forms & cheques to be sent to:

Healthy Life Activities
111 Penygarn Rd, Tycroes, Ammanford,
SA18 3PF

Cheques payable to:
Healthy Life Activities

No Race Entry on the day
Register on line on:
www.healthylifeactivities.co.uk
Enquiries – Noelwyn 07968859260

ENTRY FORM:

Name:	_____
Surname:	_____
Address:	_____
Post Code:	_____
Email:	_____
Club / School:	_____
Age:	_____
AAW No :	_____
Gender:	<input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> F
<u>Please select race – circle the correct age category</u>	
Male :	Senior
	40 +
	50+
	60+
Female :	Senior
	35+
	45 +
	55+
DECLARATION: I declare that I will abide by the rules of UK Athletics. I accept that the organisers will not be responsible for any loss, damage, action claim, costs or expenses which may arise in consequence of participation in this event, however caused. I further declare that you may use my name, voice or picture in any broadcast, telecast, promotion or other account. I consent to the use of my name or records pursuant to the Data Protection Act 1998.	

Signed: _____ Date: _____

Sialens Llanelli 10 Noddwyd Gan :



O Dan rheolau athletau Prydain



Tlysau P'r 1af, 2ail, 3ydd
Tlws I bawb sy'n gorffen

Chwefror 17^{ddeg} 2013

DIWRNOD ALLAN I'R TEULU



CHWEFROR 17DDEG 2013

10:00yb – Ras yn Dechrau

Dyn a Menyw 1af

Dynion o dan 40, F + 40, F + 50, F + 60
Menywod o dan 35, F + 35, F + 45, F + 55
1af Tim Corfforaethol
1af Rhedwyr Sir Gar Dynion a Menywod
1 wobr yn unig/person

Cwrs heb cerbydau / Tlws I orffen /amseru sglod

Tâl:

Oedolion (Dros 16) Aelod o AAW £10.00
Oedolion (Dros 16) Dim Aelod o AAW £12.00

Cofrestrwch Tim Corfforaethol o ddeg rhedwr – welwch y
safle We am fwy o fanylion - £90

Dyddiad cau trwy'r post : Chwefror 13ddeg 2013

Ffurflenni a Siecau i:

Healthy Life Activities
111 Heol Penygarn, Tycroes, Rhydaman,
SA18 3PF

Siecau yn daladwy i: Healthy Life Activities

Dim Cofrestru ar y dydd

Cofrestrwch ar lein ar:

www.gweithgareddaubywydiach.co.uk

Ymholiadau – Noelwyn 07968859260

FFURFLEN COFRESTRU:

Enw:	_____
Cyfenw:	_____
Cyfeiriad:	_____
Cod Post:	_____
Ebost:	_____
Ysgol:	_____
Oed:	_____
Rhyw:	<input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/> M
<u>Dewiswch Ras:</u>	
Rasus Oedolion (Dros 16):	
Dynion o dan	Menywod o dan
<input type="checkbox"/> 40	<input type="checkbox"/> 35
<input type="checkbox"/> F + 40	<input type="checkbox"/> F + 35
<input type="checkbox"/> F + 50	<input type="checkbox"/> F + 45
<input type="checkbox"/> F + 60	<input type="checkbox"/> F + 55
DATGANIAD:	
Yr wyf yn datgan y byddaf yn ufuddhau i reolau Athletau'r DU. Yr wyf yn derbyn na fydd y trefnwyr yn gyfrifol am unrhyw gollod, niwed, cais gweithred, costau neu dreuliau a all godi mewn canlyniad i'm cyfranogiad yn y digwyddiad hwn, ar unrhyw achos. Yr wyf yn datgan ymhellach y medrwyd ddefnyddio fy enw, llais neu lun mewn unrhyw ddarllediad, telediad, hyrwyddiad neu unrhyw gyfrif arall. Yr wyf yn caniatáu i'r defnydd o'm henw neu recordiau yn unol â Deddf Gwarchod Data 1998.	

Arwyddwyd: _____ Dyddiad: _____

Llofnod Rhiant os o dan 16: _____