**”Försten Upp” i Skrapan vinner – efter 24 våningar och 436 svettiga trappsteg**

**Lördag den 30 oktober är det premiär för stans jobbigaste löpartävling –   
”Försten Upp”. Löpartävlingen går ut på att springa snabbast   
upp för 24 våningar med totalt 436 trappsteg i Skrapan.**

Lördagen den 30 oktober blir det ”upploppsstämning” i Skrapan när stans tuffaste löpartävling ”Försten Upp” avgörs. Reglerna är lika enkla som galna: spring upp hela vägen från botten till toppen av Skrapan. Totalt 24 våningar med 436 trappsteg ska bestigas och vinnaren är den som tar sig upp snabbast.

* Målet med ”Försten upp” är att få stockholmarna att röra på sig och inse att motion är kul, säger Peter Edenberg, koordinator på Svarta Lådan. Skrapans trappor är utmärkta för att kombinera hälsa och nöje. Därför anordnar vi ”Försten Upp” tillsammans med Skrapan, fortsätter Peter Edenberg.

**Gammal som ung/vältränad som otränad**

Det spelar ingen roll. Alla över 15 år är välkomna att delta i ”Försten Upp” och ha chans att ta hem utmärkelsen ”Trappmästare 2010”. Bland deltagarna finns redan nu den glade kampsportaren Musse Hasselvall.

* Fina vinster väntar den man och kvinna som är snabbast upp till toppen, säger Marita Floman, Centrumledare på Skrapan. Dessutom delas ett flertal mindre vinster ut bland övriga deltagare som fullföljer loppet. Vilka placeringar som får pris är hemligt och avslöjas först under prisutdelningen, fortsätter Marita Floman.

**Följ spänningen på bildskärmar**  
De som inte orkar ta sig an utmaningen att springa i trapporna och hellre vill dricka kaffe kan följa sina nära och kära på tre storbildskärmar som är placerade vid Skrapans caféer: Svarta Lådan, Götgatan Stories och Espresso House. Som en extra krydda för spänningen intervjuar och kommenterar Hasse Brontén, Sveriges roligaste polis, tävlingen live.

**Tävlingsinformation**

* Tävlingsdatum: 30 oktober
* Plats: Skrapan på Götgatan 76-78 i Stockholm
* Tävlingsstart: kl. 12:00
* Prisutdelning: ca kl. 15:30
* Åldersgräns: 15 år
* Anmälan: Via formulär som finns på Skrapans hemsida – [www.skrapan.se](http://www.skrapan.se) eller via länk på Skrapans Facebookprofil
* Anmälningsavgift: 200 kr, 150 kr för medlemmar i Skrapan Kundklubb (återbetalas ej vid frånvaro)
* Max antal deltagare: 200 st (först till kvarn vid anmälan gäller)
* Sista anmälningsdag: 26 oktober

**Tävlingssponsorer**

Svarta Lådan, Balance Training, Polar, Vitamin Well

**För mer information, vänligen kontakta:**  
Marita Floman  
Centrumledare  
[marita.floman@vasakronan.se](mailto:marita.floman@vasakronan.se)  
Tel: 0700-920392

Peter Edenberg  
Arrangör  
[peter.edenberg@svartaladan.se](mailto:peter.edenberg@svartaladan.se)  
Tel: 0739-33 26 67

Gunilla Uhrus  
Fastighetschef Vasakronan  
[gunilla.uhrus@vasakronan.se](mailto:gunilla.uhrus@vasakronan.se)  
Tel: 08-566 20 645

**Handlare i Skrapan  
3mediacenter, Akademibokhandeln, Björn Borg, Dressroom, The Casbah, dStore, Etc, Game, Grooming, Hair Cut, Intersport, Kjell & Company, Melli, Levi’s Store, Life, Monki, Occhio Optik, One Off, ONOFF, Scorett, The Phone House, Vetehörnan, Espresso House, Svarta Lådan, Götgatan Stories, Imperiet, Och himlen därtill, Friskis&Svettis och Doc Morris.**

**Om Skrapan**  
Gallerian Skrapan hittar du på Götgatan 76-78 i Stockholm.   
Öppettider: Måndag-fredag 10-20. Lördag 10-18. Söndag 11-18.

För mer information om Skrapan se [www.skrapan.se](http://www.skrapan.se/).

Skrapan ägs av Vasakronan som är Sveriges största fastighetsbolag med ett fastighetsbestånd värderat till ca 73 miljarder. Vasakronan erbjuder kontor, butiker och bostäder i Stockholm, Uppsala, Göteborg, Malmö och Lund. Vasakronan arbetar långsiktigt med största möjliga hänsyn till både människor och miljö. Mer information om Vasakronan finns på [www.vasakronan.se](http://www.vasakronan.se/).