

Invitation

Løb/Walk ved Knudshoved Kursuscenter 2025. som indgår i Jernbanefritids fællesstævne i Nyborg

Løb & Cykling
Karsten Bukholt

Tlf: 28306686
LC@jernbanefritid.dk
www.jernbanefritid.dk

Tid og sted

Lørdag den. 15.03.2025 ved Knudshoved Kursuscenter

18.11.2024

Mødested

På P-pladsen ud for kursuscenteret

Omklædning

På eget værelse for jer der har booket og deltager i aftenfesten. Og ellers kan et toilet bruges. Se invitation til fællesstævne andet sted i bladet eller på www.jernbanefritid.dk

Startsted

Lige uden for P-pladsen ved målportal.

Transport til start

Der arrangeres ikke bustransport fra Nyborg station. Men der kan evt. arrangeres privat aftale, så hold jer ikke tilbage af den grund. Der er kun 4 km.

Starttider

Samlet start kl. 14.00

Deltagere / Tilmelding

Er du medlem af en forening under Jernbanefritid (JIF – JAM – HI eller en anden), så skal du tilmelde dig til din egen forening.

Er du medlem af jernbanefritid, men ikke også af en underforening, så skal du tilmelde dig direkte til afdelingsleder Karsten. Kontakt herunder.

Ved tilmelding, som er bindende, oplyses følgende:

- Navn
- Tlf. nr.
- Fødselsdag
- Distance du vil løbe.

Startgebyr

GRATIS for medlemmer af Jernbanefritid
For åben klasse (ikke medlemmer), er startgebyret 60 kr.

Rute

Der løbes/walkes på en relativt flad rundstrækning på stier, strand og asfalt.

Distancer og klasser

Herrer + damer + børn + walk	4,00 km
Herrer + damer + børn	8,00 km
Herrer + damer + børn	12,00 km

Tilsvarende åbne klasser for ikke-medlemsberettigede i Jernbanefritid.

Motion

Som de tidligere år er der derfor ikke opdeling i konkurrenceklasser og motionsklasser. Der er heller ikke aldersopdeling. Placering afgøres efter point, der tager hensyn til alder og køn (samme pointsystem, som vi normalt bruger ved vores holdkonkurrencer).

Holdkonkurrence

Der er ingen holdkonkurrence

Præmier

Når vi lægger vægt på "motion" afspejler det sig også i præmierne.
Præmier til børnene som normalt.

Som **toppen på præmielisten** har vi igen i år en rigtig flot lodtrækningspræmie til en værdi af 750 kr., nemlig en overnatning for 2 personer på Knudshoved inkl. middag på ankomstdagen og morgenmad på afrejsedagen. Denne præmie bliver på dagen trukket blandt alle tilstedeværende løbere fra Jernbanefritid, også klassevinderne.

Der er dog stadig noget for konkurrencegenerne. I de tre klasser er der nemlig placeringspræmier til de tre vindere.

Forplejning

Der er kaffebord cirka klokken 15:30. Kaffebordet er gratis for alle deltagere.

Tilmelding

Tilmeldingen, som er bindende, skal senest d. 26.02.2025 sendes til LC@jernbanefritid.dk

Deltagere til kaffebordet bedes anført på tilmeldingslisterne.

Udlevering af startnumre

Udlevering af startnumre finder sted på Knudshoved Kursuscenter inden starten.

Præmieoverrækkelse

Kl. ca. 15.30 er der præmieoverrækkelse i forbindelse med kaffebordet.

Aftenfest

Tilmelding til aftenfest og evt. overnatning foregår via særlig indbydelse hertil.

På Løb&Cyklings vegne
Karsten Bukholt