

Invitation

Løb ved Knudshoved Kursuscenter 2023.
som indgår i Jernbanefritids fællesstævne i Nyborg

Løb & Motion
Paul Andersen

Tlf: 2344 1858
loeb@jernbanefritid.dk
www.jernbanefritid.dk

Tid og sted

Lørdag den. 18.03.2023 ved Knudshoved Kursuscenter

22.12.2022

Mødested

På P-pladsen ud for kursuscenteret

Omkklædning

Kun mulig for jer, der deltager i aftenfesten og dermed har et værelse.

Startsted

Lige uden for P-pladsen ved målportal.

Transport til start

Der arrangeres ikke bustransport fra Nyborg station.

Starttider

Samlet start kl. 14.00

Deltagere

Medlemmer af Jernbanefritid tilmelder sig gennem klub/forening under Jernbanefritid eller som enkeltperson, hvis man ikke er medlem af en klub/forening under Jernbanefritid.

Deltagere i åben klasse (aktive, der ikke er medlemsberettigede i Jernbanefritid) kan frit vælge at tilmelde sig gennem en Jernbanefritid forening eller som enkeltperson.

Startgebyr

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

Rute

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

Distancer og klasser

Herrer + damer + børn	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 incl. 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 deltagende løbere.

Tilmelding

Tilmeldingen, som er bindende, skal senest d. 20.02.2023 sendes til loeb@jernbanefritid.dk

Deltagere til kaffebordet bedes anført på tilmeldingslisterne.

Afbud

Ved afbud efter tilmeldingsfristen skal der betales startgebyr 50 kr. og for åben klasse 60 kr.

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 og Motions vegne

Paul Andersen