

Invitation

DJM halvmaraton 2023

Løb & Motion
Paul Andersen

Tlf. 2344 1858

loeb@jernbanefritid.dk

www.jernbanefritid.dk

Tid og sted

Dato: 21.06.2023

Søndag d. 15/10-2023 I Køge Bugt Strandpark ved Greve Marina

Mødested og omklædning

Sæt GPSen til Greve Marina, Hejren 2, 2670 Greve. Der er ikke omklædningsfaciliteter men overvåget bagageopbevaring, så medtag skiftetøj

Transport

Du kan gå eller cykle fra Hundige st. Afstanden er cirka 2,5 km.

Kommer du i bil er der parkeringsmulighed ved Hundige Havn og i området omkring startstedet.

Startsted

Køge Bugt Strandpark ved Greve Marina

Starttider

Halvmaraton starter kl. 10.00

10 km starter kl. 10.10

5 km starter kl. 10.20

Walk 6 km starter kl. 10.25

Børneløb starter kl. 10.30

Deltagere

Deltagerberettigede er medlemmer i Jernbanefritid.

Aktive, der er medlemsberettigede i Jernbanefritid, skal indmeldes inden deltagelse.

Aktive, der ikke er medlemsberettigede i Jernbanefritid kan deltage i åben klasse i de stævner, hvor der udskrives en sådan klasse.

Ruter

Udover halvmaraton er der mulighed for 10 km, 5 km, 6,8 km gang/walk og 4,2 km børneløb (4 – 11 år). 5 km, 10 km og Halvmaraton er DAF-opmålte. Forvent ikke mange bakker!

Klasser/distancer

Individuelt i følgende klasser:

Herre: senior, 35 år, 45 år, 55 år, 65 år

Damer: senior, 35 år, 45 år, 55 år, 65 år

Åben.

Holdkonkurrence

Holdkonkurrencen gennemføres efter reglerne i Jernbanefritids håndbog. Det er 3-mandshold, hvor kravet er, at alle er fra samme klub. Der kan godt være flere hold fra samme klub.

Tidtagning

Tiderne hentes fra arrangørernes hjemmeside / tidtagningssystem. Alle tilmeldes arrangementet som værende fra Jernbanefritid.

Præmier

I forhold til deltagerantallet. Medaljer til børnene.

Betaling og udlevering af brystnumre

Priser for deltagelse fremgår nedenfor. Jernbanefritid støtter med 50% af nedenstående priser:

Halvmaraton: **175 kr. + gebyr**, Ungdom 9-17 år: 120 kr.

10 km: **130 kr. + gebyr**. Ungdom 9-17 år: 90 kr.

5 km: **95 kr. + gebyr**. Ungdom 9-17 år: 60 kr.

6,8 km gang / walk. **60 kr. + gebyr**. Ungdom 4-17 år 40 kr.

Børneløb 4,2 km **40 kr.** for børn mellem 4 og 11 år
(far og/eller mor må gerne løbe gratis med rundt uden nummer sammen med barnet)

Udlevering af startnummer sker i Greve Midtby Center lørdag 14. oktober 2023 mellem kl. 11 og 13 eller på dagen fra kl. 8.30 ved startstedet.

Præmieoverrækkelse

Vi finder et sted i området

Forplejning

Der er meget fine depoter undervejs på ruterne og the, kaffe, suppe, vand, saft og frugt når du kommer i mål. Mad kan i øvrigt købes til rimelige priser.

Afbud.

Ved afbud efter tilmeldingsfristen skal der betales fuldt startgebyr, dvs. det startgebyr, der betales til den eksterne arrangør. Priserne ses ovenfor.

Tilmelding

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.

Ved tilmelding, som er bindende, oplyses følgende:

Navn

E-mail

Fødselsdag og år

Klub (hvis du er medlem af en og tilmelder dig direkte til undertegnede)

Tilmeldingen skal sendes **senest 30.09.2023** til:

Paul Andersen loeb@jernbanefritid.dk

Læs mere på <https://sydkystloebet.dk/>

På Løb & Motions vegne

Paul Andersen