

Invitation

Rubjerg Knudeløbet 2024.

Løb & Motion
Paul Andersen

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

Tid og sted

Søndag den. 18.08.2024 ved Plantagevej Hundeleiv 9480 Løkken

09.02.2024

Mødested

Se "Tid og sted". Afhentning af startnummer på Hundeleiv Friskole Skole fra klokken 08:45.

Omklædning

På Hundeleiv skole 5 minutters gang fra start.

Startsted

Hundeleiv Fælled

10 km løberne bliver dog kørt til start i bus og løber hjem. Øvrige starter er fra Hundeleiv.

Transport til start

Den klarer du selv. Se i øvrigt løbets hjemmeside

Distancer og klasser

Maraton; 30 km; halvmaraton; 15 km; 10 km; 5 km; 2,5 km børneløb

Starttider

Kl. 10:00 Marathon + 30 km

Kl. 10:00 Starter også gåturen, for dem som skal gå 21,1 km. Øvrige er valgfri start

Kl. 11:00 Halvmarathon + 15 km

Kl. 13:00 5 km

Kl. 13:30 10 km

Kl. 14:00 Børneløb 2,5 km

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

Jernbanefritid yder 50% tilskud for medlemmer. Det betyder en egenbetaling på:

100 kr. Marathon + 30 km + Halvmarathon
66 kr. 15 km
56 kr. 10 km
40 kr. 5 km
28 kr. Vandretur
24 kr. Børneløb

Beløbene er yderlige fratrukket en arrangørabat på 20 procent til Jernbanefritid

Deltagere i åben klasse betaler fuldt gebyr.

Rute

Udfordrende ruter i smuk natur. Der er alt hvad hjertet kan begære af sand med mere.

Præmier

Præmier til børnene som normalt.
Der er medaljer til alle gennemførende løbere

Stjerne tider

Der kan løbes til stjerne tider i alle aldersklasser. Herved kan man opnå en særlig guld, sølv eller bronzemedalje.

Forplejning

Der er morgenmad på skolen, til de morgenfriske, inden løbet og rigeligt med depoter undervejs.
Der er ligeledes forplejning når du kommer i mål. Se i øvrigt løbets hjemmeside

Tilmelding

Tilmeldingen, som er bindende, skal senest d. 07.07.2024 sendes til loeb@jernbanefritid.dk

Afbud

Ved afbud efter tilmeldingsfristen skal der betales fuldt startgebyr.

På Løb og Motions vegne

Paul Andersen