

Invitation

Løb & Cykling
Karsten Bukholt

Løb/Walk ved Knudshoved Kursuscenter 2026.
som indgår i Jernbanefritids fællesstævne i Nyborg

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

Jernbanemesterskab i terrænløb indlagt i dette stævne

Tid og sted

Lørdag den. 14.03.2026 ved Knudshoved Kursuscenter

19.11.2025

Mødested

På Græsplænen ned til vandet ude foran kursuscenterets hovedindgang.

Omkklædning

På eget værelse for jer der har booket og deltager i fællesstævnet/aftenfesten. Og ellers kan et toilet bruges/værelse lånes efter aftale. Se invitation til fællesstævne på www.jernbanefritid.dk

Startsted

Samme sted som mødested.

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

Tilmeldingen senest 01.03.2026

Medlemmer af Jernbanefritid

Tilmeldingen sendes til Karsten på mail: LC@jernbanefritid.dk (Gælder medlemmer uden klub)

Er du medlem af en klub under Jernbanefritid (JIF – JAM – HI eller en anden), så skal du tilmelde dig til din egen forening, som samlet sender klubbens tilmeldinger til undertegnede.

JAM – Tilmelding til Paul Andersen mail: Paulandersen@2105@gmail.com

JIF – Tilmeld til Frank Andersen mail: fhandersen68@gmail.com

HI – Tilmeld til Kasper Rasmussen mail: loebogmotion@hi-sport.dk

Ved tilmelding oplyses følgende:

- Navn
- Tlf. nr.
- Fødselsdag + angivelse af klasse (eks. Herre 45+)
- Walk eller løb
- Deltager du i kaffe/kagebord Ja/Nej (Gratis)

- Distance afgøres efter aldersklasse. Angiv hvis du ønsker afvigelse herfra. Se nedenunder.
- Medlem af klub og hvilken?

Startgebyr

GRATIS for medlemmer af Jernbanefritid. Åben klasse 60kr.

Rute

Ruten er en flad, men dog udfordrende rundstrækning på stier, strand, mark, skovbund og asfalt. Rundstrækning på 5km

Distancer og klasser

10km Herrer (Senior, 35år, 45år, 55år) samt Damer (Senior, 35år, 45år)

5km Herrer (65år, 75år) samt Damer (55år, 65år, 75år) samt børn

4km Walk alle

Motion og konkurrence

Der er ikke opdeling i konkurrenceklasser og motionsklasser. Der er heller ikke aldersopdeling. Placering afgøres efter pointsystem, der tager hensyn til alder og køn. Samme pointsystem som vi bruger i jernbanefritids maraton og halmmaraton turnering.

Terrænmeesterskabet

Der kåres en jernbanemester baseret på ovenstående point. Men tiderne der sættes, bliver efterfølgende sat op og er en afgørende faktor i udtagelsen af det hold der skal repræsentere Danmark ved USIC Cross i Prag i perioden 13-16 november 2026.

Præmier

Når vi lægger vægt på "motion" afspejler det sig også i præmierne.

Præmier til børnene som normalt. Præmier udover dette kommer an på hvad der ligger i hatten på dagen.

Forplejning

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

Det foregår i vognporten

Udlevering af startnumre

Udlevering af startnumre finder sted i vognporten umiddelbart inden starten.

Præmieoverrækkelse

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

På Løb&Cyklings vegne

Karsten Bukholt