

Invitation Tåstrup Løbet (10 og 5km)

Tirsdag den. 08.09.2026 kl. 19.00

Løb & Cykling
Karsten Bukholt

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

Dansk Jernbanemesterskab 10km landevejsløb

Sted

Tåstrup Idrætscenter, Parkvej 8, 2630 Tåstrup

21.02.2026

Mødested

Klublokale som Jernbanefritid har lånt til formålet

Omkklædning

Tåstrup idrætscenter

Startsted

Startportal ved idrætscenteret

Starttid 10km (5km starter 5 min senere)

Samlet start kl. 19:00

Deltagere / Tilmelding

Tilmeldingen senest onsdag d.26.08.2026

Medlemmer af Jernbanefritid (bliv medlem via www.jernbanefritid.dk)

Tilmeldingen sendes til Karsten Bukholt 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 klubkontakt, som samlet sender klubbens tilmeldinger til undertegnede.

JAM – Tilmelding til Paul Andersen mail: Paulandersen2105@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+)
- 5 eller 10km

Startgebyr

30kr for medlemmer af Jernbanefritid

Rute

Der løbes på en flad rute på asfalt, dog 2 km hård grusvej på 10 km-ruten, så der er gode chancer for at sætte PR.

Aldersklasser (Herre/dame)

Senior 14-34 år / 35+ / 45+ / 55+ / 65+ / 75+

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.

FOR ALLE

Det gøres tydeligt at løbet er for alle. At det danske mesterskab er indlagt på 10km distancen betyder kun noget for dem, som løber efter det.

Landsholdet

Et mesterskab er ALTID et iagttagelsesløb til udtagelse til det danske jernbanelandshold. Vi samler hvert år et løbelandshold, som tager ud og repræsenterer Danmark ved internationale jernbaneløb. For udtagelse gælder ikke tider efter pointsystem.

Forplejning

Der er let forplejning efter løbet i klublokalet

Udlevering af startnumre

Udlevering af startnumre i klublokale inden start. Her får du også udleveret Chip til tidtagning.

Præmieoverrækkelse (Hold og individuelt)

I klublokalet efter løbet.

Afdelingens årlige afdelingsmøde

Afholdes i forlængelse af kåringerne. Ca. kl. 20:30

På Løb&Cyklings vegne

Karsten Bukholt