

Løb langt den 14.04.2013

Også fra Sønderborg Tri Klub har vi en indbydelse klar til løb langt serien. Som sidste års forårs arrangement slipper vi triatlon delen og laver et rent løb.

Til gengæld skal vi ud i noget af Danmarks smukkeste natur. (se ruten på nedenstående link)

Der er start og mål ved Dybbøl Hallen hvor der også er mulighed for omklædning & bad. Vi bruger gymnastiksalens omklædningsrum.

Starten går kl. 10.00 for langsomste gruppe. Hurtigste gruppe starter kl. 10.20. Herudover vil vi lave 1 til 2 grupper afhængig af de fremmødte. Der vil være væskedepot 2 gange på ruten. I mål vil der være sodavand.

Ruten er 17,0 km lang. Ønsker man en kortere rute kan man eksempelvis vende om ved indgangen til parken ved Sandbjerg slot i så fald vil ruten være 10,8 km. Ruten vil være opmærket med hvide pile – se ruten på dette link

<http://iform.dk/ruteplanner/soenderborg/stk-loeb-langt-paa-als>