

Danfoss Marathon Club

Kære løber venner:

Høgebjerg-løbet, lørdag den 24. november 2018 14 km + kort rute på 9 km

Vi mødes ved Diamanten, Fynshav Kl. 10:30
Første hold starter med at løbe Kl. 11:00

Høgebjerg er det højeste punkt på Als med 81 meter over havet. Fra toppen er der en fin udsigt over store dele af øen blandt andet Nørre skoven. Mod nordøst er der udsigt mod Fyn. Vi har brugt den lange rute siden 2001, med mange deltagere hver gang.

Løbet indgår i løbe serien "Løb langt på Als". Alle er velkommen - også selvom man ikke er medlem af en løbeklub.

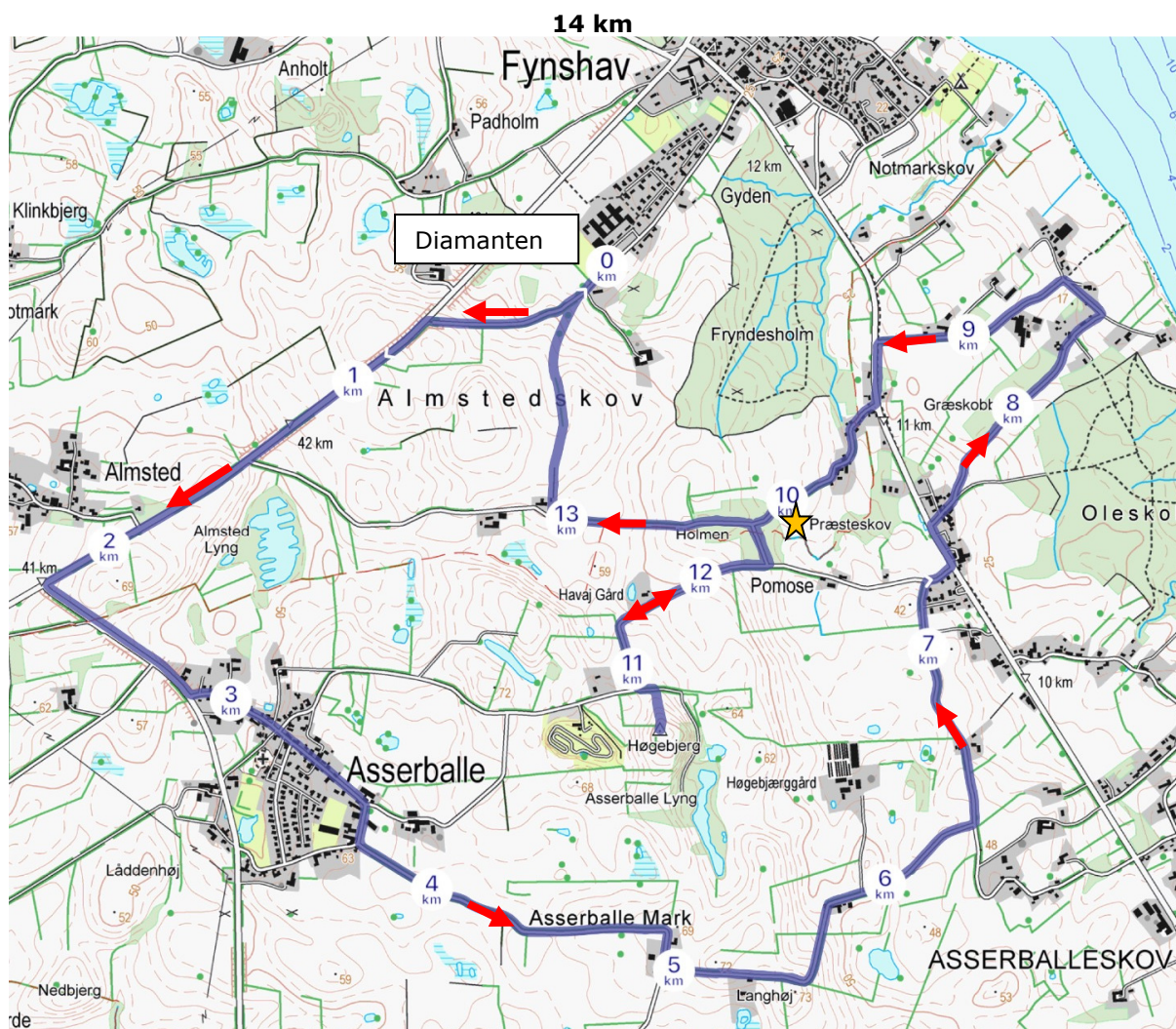
Vi starter fra Diamanten, hvor der vil være omklædnings- og bademulighed.

Træningsløbet på 14 km løbes med handicap. Vi starter i grupper af ca. 8 løbere og med dem som ikke løber så hurtigt først. De 8 løbere følges ad indtil ca. 4 km før mål, hvor løbet da gives fri. Ruten afmærkes.

Har man ikke lyst til at løbe så langt, kan der løbes en rute på ca. 9 km. – men også ved denne skal der løbes op ad Høgebjerg. 9 km løbere starter på samme måde som 14 km løberne så vi kommer i mål næsten samtidig.

Kom i god tid, så vi kan lave hold.

Tilmelding via hjemmeside. Tilmelding senest den 23. november 2018. Der vil blive serveret kaffe og småkager i hallens cafeteria efter løbet.

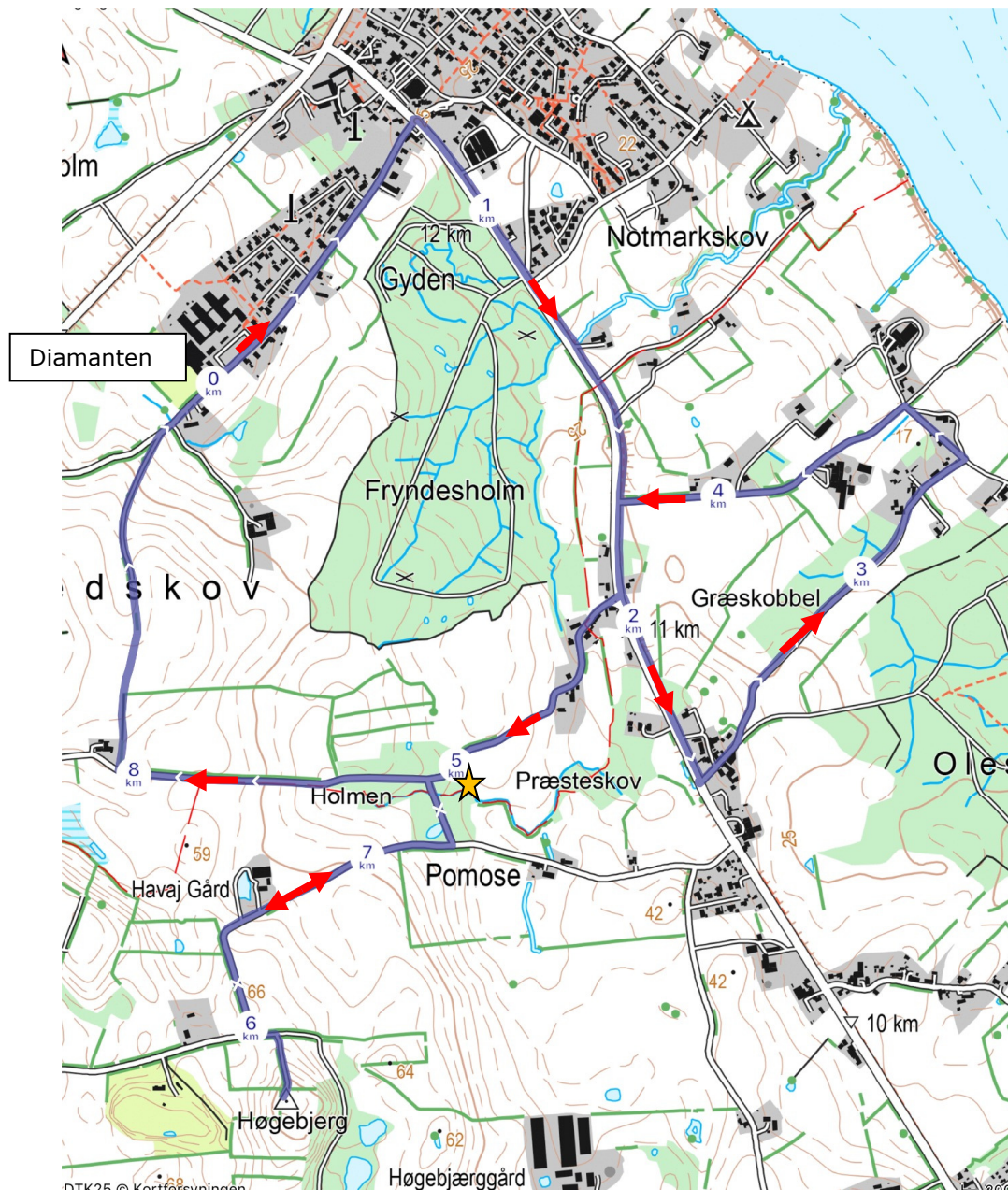


Her er løbet fri!!

Danfoss Marathon Club

9 km

Ved denne rute løbes der en "genvej" de første km hvorefter ruten så bliver identisk med den lange rute, det vil sige at også ved denne rute skal der løbes op og ned af Høgebjerg.



Her er løbet fri!!



God tur.

Med venlig hilsen

Danfoss Marathon Club
<http://www.1992dmc.dk/>

Hans Chr Møller

E-mail: hcm@post6.tele.dk
Tlf.: 74471048
Mobil: 61781518