

Vidar Motion inviterer medlemmer på klubbetur til

## **Alpeløb i Svanninge Bjerge ved Fåborg**

den 18. september 2022

Der er flg. ruter at vælge imellem:

3 km start kl. 11:10  
5,8 km start kl. 11:05  
10,3 km start kl. 11:00  
21,1 km start kl. 10:45 (der løbes 2 gange 10,3 km ruten)

Er vi heldige, er der både T-shirts og medaljer til os.

Yderligere information om løbet kan ses på vores hjemmeside under "kalender".

### **Dagens program:**

Kl. 07:00 Afgang fra Sønderborg Stadion (mod Fynshav)  
Kl. 09:20 Ankomst til Svanninge Bjerge  
Kl. 13:30 Afgang til Fåborg  
Kl. 14:00 Frokost på Det Hvide Pakhus  
Kl. 16:00 Afgang fra Fåborg  
Kl. 18:30 Hjemkomst til Sønderborg Stadion

For klubbens medlemmer er der ingen deltagergebyr og de har ligeledes 1. prioritet ved tilmelding til denne tur. Hvis der bliver ledige pladser er familie og heppere velkomne til at deltage mod et gebyr på 200 kr. Venteliste vil blive oprettet. Ved evt. udeblivelse vil klubben forbeholde sig ret til at opkræve et gebyr på 100 kr.

### **Tilmelding på Vidar Motions hjemmeside senest 22. august 2022**

- Vælg distance
- Vælg T-shirt str. (dame: 36-46), herre: S-XXL)
- Vælg frokostmenu:
  - **Stjernes kud som vi gør det i Det Hvide Pakhus. Bagt og stegt torskeryg, koldrøget laks og rejer, hertil krydderurtdressing og ristet brød.**
  - **PAKHUS burger – Bøf af hakket oksekød, cheddarost, bacon, marineret rødløg, tomat, agurk, kydderurtdressing, pesto og salat.**
  - **Salat med Kylling, spidskål, salater, belugalinser, hvedekerner, bacon, syltet tomater, saltet græskarkerner og sennepsdressing.**