

KOM MED UD OGLØB I OKTOBER 2017

Dette tiltag går ud på, at få flere af klubbens ungdomsløbere og nyere løbere med ud til stævner i weekenden.

Vi vil derfor i starten af en måned maile rundt til alle medlemmer hvilke løb vi skal ud til (udover træningsløb i klubregi) i weekenderne i den efterfølgende måned - og der er mulighed for at melde sig til samkørsel sammen med os fra klubben.

Vi hjælper jer i gang og får sendt jer godt afsted i skoven. Vi tager klubbens banner med hver gang - så på stævnepladsen kan man altid se hvor vi holder til. (feks når i er kommet i mål)

Ved alle løb er der lette, mellemsvære og svære baner – så alle kan være med.

Alle venter på hinanden og hepper hinanden i mål 😊

Du kan melde dig til løbet via o-service (hvis du har adgang) eller maile til H-mathies@godmail.dk eller Lykke@realregnskab.dk . Og ved fælleskørsel mailes også til enten Henrik eller Lykke.

Løbere over 18 år betaler typisk ca. 90,- pr. løb (sættes på din løbskonto) samt 25 øre pr km ved samkørsel. (kørsel afregnes pr gang til chauffør)

Løbere under 18 år deltager gratis - løb og kørsel (betales af klubben).

Det er en god ide at have skiftetøj og sko med, samt en madpakke og lidt at drikke. Nogle gange er der en kiosk ved løbet – men det er ikke altid og udbuddet svinger lidt. 😊

OKTOBER

15/10 2017 Kredsløb i Jonstrup Vang/Lille Hareskov (alm o-løb). Der er mulighed for at løbe begynder, let, mellemsvær eller svære baner – det bestemmer man selv 😊 Fælleskørsel fra klubben kl. 8.00.

22/10 2017 Kredsløb i Ravnsholt Skov (alm o-løb). Der er mulighed for at løbe begynder, let, mellemsvær eller svære baner – det bestemmer man selv 😊 Fælleskørsel fra klubben kl. 8.00.

Løb i november mailes ud i starten af oktober 2017 😊

Er du/i i tvivl – kontakt os endelig på mail eller på mobilos. Henrik: 20647819, Lykke 25566180.

Vi håber at rigtig mange har lyst til at tage med ud og træne og vi har fået tilsagn fra flere klubmedlemmer om at de gerne vil lægge bil til – så hold jer ikke tilbage 😊

Hilsen Henrik og Lykke