



# DGI atletik

## Invitation til Cross løb serie 2011-2012

Crossløb er populært rundt omkring i landet. Crossløb er en løbsform, hvor løberne løber på mindre stier og mere ude i naturen. Det er gerne med naturlige forhindringer, hvor der kan være et blødt område, bakker med gode stigninger.

Børn løber en runde som er mellem 2 - 2,5 km.  
Kvinder løber 2 runder som ligger mellem 4 - 5 km.  
Mænd løber 3 runder som svarer 6 - 7,5 km.

Crossløb er spændende at deltage i, men det er også seværdig. Så de trækker nogle steder et stort publikum til.

Cross runderne 2011 - 2012 bliver afholdt følgende steder

1. runde	Flyvestationen - Skrydstrup	29. oktober 2011
2. runde	Sønderborg	12. november 2011
3. runde	Kliplev	26 november 2011
4. runde	Bov	10 december 2011
5. runde	Åbenrå - Sønderjysk mesterskab	14 januar 2012
6. runde	Vojens	04. februar 2012
7. runde	Haderslev	25. februar 2012

Pris 2011-2012

1 runde - 50 kr.  
2 runde - 90 kr.  
3 runde - 130 kr  
4 runde - 170 kr. herefter fuld betaling

Fuld betaling 175 kr. for en hel sæson

Der bliver tidtagning med chip.

Har man glemt eller tabt sin chip koster det også 100 kr. som man dog vil kunne få tilbage, når man har husket eller fundet original chip

Lige som sidste år vil vi lave 3 starter  
kl. 14.00 starter alle damer og M 14 rød start nr.  
kl. 14.04 starter alle børn grønne start nr.  
kl. 14.30 starter alle mænd sort start nr.

**Tilmelding senest den 14. oktober 2011 på [http://run2u.dk/dgi\\_syd/index.asp](http://run2u.dk/dgi_syd/index.asp)**

Med venlig hilsen

Mogens Nielsen  
DGI Sønderjylland Atletik og Løbemotion

 **DGI Sønderjylland**

Øbeningsvej 1 • 6230 Rødebro • [soenderjylland@dgi.dk](mailto:soenderjylland@dgi.dk)  
Telefon 79 40 45 00 • Fax 79 40 45 19 • [www.dgi.dk/soenderjylland](http://www.dgi.dk/soenderjylland)

**DGI • idræt & fællesskab**