



**NYT!**   
**DEN RØGEDE HELT**  
nu med marathon-distance!

# Fjordløbet 2013

[www.rif1900.dk](http://www.rif1900.dk)

Et motionsløb for alle!

Søndag 12. maj

3 km - 6 km - 10 km - halvmarathon - marathon

Tag hele familien med til Fjordløbet, for dem som ikke ønsker at løbe vil der være aktiviteter i PULSPARKEN eller de kan tage i svømmehallen

Kom og nyd en forårssøndag i den smukke natur ved Ringkøbing Fjord. Ringkøbing Atletik & Motion i samarbejde med DGI Vestjylland og bakket op af Dagbladet Ringkøbing-Skjern byder for 34. gang velkommen til Fjordløbet søndag den 12. maj 2013.

Som noget helt nyt byder vi i år også på marathon-distancen, der er opkaldt efter Ringkøbings "nationalret", Den Røgede Helt. Marathonløberne modtages selvfølgelig med et stykke røget helt og et glas øl fra det lokale Mylius-Erichsen Bryghus, når de kommer i mål!

Der vil i det hele være masser af muligheder for at hygge sig sammen på stadion, hvor man vil kunne købe mad og drikke.

Startstedet er Pulsparken, Ringkøbings splinternye aktivitetspark der ligger bag Vesterhavshallen, Kongevejen 54, 6950 Ringkøbing.

Der er mulighed for omklædning i Vesterhavshallen. Der vil også være mulighed for at tage sig en dukkert og en tur i saunaen bagefter, hvis man har lyst, idet Ringkøbing svømmehal er Fjordløbets samarbejdspartner.

Pulsparken vil selvfølgelig være tilgængelig for løbsdeltagerne, og der vil være planlagte aktiviteter med særlig fokus på børnene.

Fjordløbet byder på ruter egnet til at imødekomme enhver ambition, alder og form - 3 km, 6 km, 10 km, halvmarathon og marathon. De tre længste ruter er DAF-opmålte og godkendte.

Der er tidtagning med chip på alle distancer, der aflæses på mållinjen.

Tilmeld dig online på [www.rif1900.dk](http://www.rif1900.dk), hvor også resultaterne vil blive offentliggjort.

Der er mulighed for eftertilmelding på løbsdagen i teltet på stadion fra klokken 08.15.

Ruter og gebyrer:

**3 km børnerute, hvor også voksne er velkomne:**

0-14 år            gebyr kr. 30,-  
15-> år            gebyr kr. 60,-

**6 km og 10 km**

0-14 år            gebyr kr. 50,-  
15-> år            gebyr kr. 75,-

**Halvmarathon**

15-> år            gebyr kr. 125,-

**Marathon**

15-> år            gebyr kr. 175,-

Tilmeldingsfrist 1. maj 2013 - efter denne dato koster det et eftertilmeldings-gebyr på 25 kr.

For grupper gælder det, at for hver 25 betalende tilmeldte får man yderligere 5 pladser gratis.

**Starttider:**

Marathon	09.00
Halvmarathon	10.00
3 km	10.20
6 km	10.25
10 km	10.30

**Præmier:** Ved løbsrekord på 10 km uddeles en check på 2000 kroner, sponsoreret af Ringkjøbing Landbobank.

**Desuden er der følgende:**

- Medaljer til alle, der er 14 år og yngre.
- 3 km: Præmier til 1., 2. og 3. i 0-14 års gruppen. 6 km, 10 km, halvmarathon og marathon: Præmier til de tre hurtigste mænd og kvinder på hver distance plus de tre hurtigste drenge og piger ungdom.

## Er du fyldt 13 år? - få et MasterCard Young!



**MØD OS TIL KONFIRMANT MINI-MESSE**  
...og få en demonstration af vores smarte Mobilbank!

**MASTERCARD YOUNG**

Kom ind eller ring til os - så bestiller vi det smarte kort.

Er du 13-17 år og kunde hos os, så kan du gøre et scoop! Kom ind og bestil et gratis MasterCard Young\*. Med et MasterCard Young kan du have i alle pengeautomater og handle i butikker i Danmark og udlandet. Med et MasterCard Young kan du højst bruge det beløb, som du har til rådighed på kontoen. Beløbet bliver trukket på din konto med det samme, så du har hele tiden overblik over dine penge.

**Mobilbank!**  
Har du en iPhone, Android telefon eller Windows Phone - så kan du få Mobilbank. Se mere på [landbobanken.dk/mobilbank](http://landbobanken.dk/mobilbank).

**Kort om kortet:**

- Du kan kun bruge det beløb der er på kontoen
- Du kan have kortanter i pengeautomater
- Du kan betale i butikker og handle på internettet
- Udstedelsen af kortet er gratis

\*) Er du under 15 år kræver det dine forældres tilladelse ved bestilling af både MasterCard Young og Mobilbank. Der kan være gebyr forbundet med brugen af kortet.

**Ringkjøbing Landbobank**  
Torvet 1 / 6950 Ringkjøbing / Tlf. 9732 1166  
[post@landbobanken.dk](mailto:post@landbobanken.dk) / [www.landbobanken.dk](http://www.landbobanken.dk)

# HVIDE SANDE

MÆRK VESTERHAVET



**PRÆCIS  
til din sport**

**JOHNSEN**  
GULD - SØLV - URE - GAVER  
ALGADE 5 . 6950 RINGKØBING  
TLF. 97 32 03 59

**OPEL VECTRA / SIGNUM/ INSIGNIA**  
06.09 Insignia 2,0 CDTI ST.CAR, sortmetal, orig. Navl, 18"alu, mm..... km 106 kr 239.800  
01.09 Insignia 1,8 Edition 5D, sortmetal, ekstra udstyr..... km 48 kr 214.800  
01.06 Vectra 1,8 I - 5D Elegance St. car, blåmetal, dob. Klima, mm..... km 131 kr 114.800  
01.06 Vectra 2,2 I - 5D Direct, Elegance, 6 gear, sølvmetal, reg. 11.03..... km 104 kr 112.800  
09.05 Signum 2,2 I - 5D Elegance, aut. klima Et sæde m. hukommelse..... km 114 kr 146.800

**OPEL ZAFIRA 7 pers. MPV/ MERIVA**  
07.12 Meriva 1,3 CDTI 95 HK Turbo, sortmetal, air con + meget udstyr..... km 3 kr 239.800  
02.08 Meriva 1,4 16V Enjoy, sortmetal, air con, en ejer, service ok..... km 98 kr 104.800  
02.12 Zafira COSMO 140 HK TURBO Udstyrsmodel, glastag, sølv..... km 3 kr 349.800  
06.08 Zafira 2,2 Enjoy 150 HK, 6 Gear, 7 pers., sortmetal, klima..... km 65 kr 179.800  
09.05 Zafira 2,2 Enjoy 150 HK, blåmetal, 7 pers, 6 gearair, bemærk kun..... km 68 kr 139.800  
06.06 Zafira 1,6 16V Enjoy, 7 pers. MPV, beige metal, air con, en ejer..... km 132 kr 134.800

**OPEL ASTRA/ CORSA**  
10.12 Astra 1,6 115 HK. ST.CAR, koksmetal, 2013 model, facelift..... km 3 kr 249.800  
08.12 Astra 1,7 CDTI - 5D, St. car 125 HK, sølvmetal, udstyrsmodel..... km 3 kr 289.800  
07.12 Corsa 1,3 CDTI - 5D, Enjoy, blåmetal, 27,8 km/l, udstyr..... km 3 kr 159.800  
07.12 Corsa 1,3 CDTI - 5D Enjoy, sortmetal, 27,8 km/l udstyr..... km 3 kr 159.800  
10.11 Corsa 1,3 CDTI - 5D Cosmo, brunmetal, 27,8 km/l, Udstyr..... km 17 kr 156.800

**ANDRE**  
12.05 Skoda Fabia 1,4 TDI - 5D, blåmetal, air con. Km./l 22,2..... km 140 kr 69.800  
10.05 Nissan Primera 1,8 - 5D Visia, sølv, klima, bakkamera..... km 125 kr 72.800  
03.06 Citroen C5 1,6 HDI Elegance - 5D sølvmetal, klima, en ejer..... km 220 kr 72.800  
03.04 Citroen C5 Prestige ST.CAR sortmetal, aut. klima..... km 136 kr 79.800

06.03 Citroen C5 Prestige 5D sølvmetal, klima, lev. nys. cvr, nr..... km 179 kr 39.800  
02.04 Citroen Berlingo 2,0 HDI sølvmetal, 2 skydedøre..... km 196 kr 64.800  
03.04 Mitsubishi Space Star 1,8, 5D, sølvmetal, høj bil..... km 124 kr 54.800  
07.03 Renault Laguna 1,8 - 5D, Dynamique, koksmetal, aut. klima..... km 140 kr 69.800  
11.10 Peugeot 206 1,4 + HDI - 5D, sortmetal, air con, en ejer..... km 24 kr 109.800  
10.02 Peugeot 206 1,4 - 5D SW St. Car, grønmetal..... km 114 kr 49.800  
11.01 Peugeot 306 1,6 Toscana - 5D, st. car, air con, lev nysynet..... km 180 kr 39.800  
06.01 Honda Civic 1,6 1LS 4D, sølvmetal, air con, alu/vinter, service ok..... km 177 kr 49.800  
06.94 Audi 100 - 4D 2,0 E, hvid, meget flot, kun 2 ejere, sidste siden 1998..... km 205 kr 34.800  
05.03 Campingvogn Hobby Prestige - 5 kantede fortelt brugt en sæson..... km 00 nu kr 39.800

**VAN**  
11.12 Opel Antara 2,0 184 HK 4X4 COSMO, koks, alt i udstyr, + moms..... km 2 kr 259.800  
03.09 Opel Antara 2,0 150 HK, 4X4 COSMO, sølv, klima, momsfrl..... km 60 kr 139.800  
12.06 Opel Vivaro 1,9 100 HK, Hvid, træk, indiv. Bekledning, + moms..... km 92 kr 69.800  
03.06 Opel Meriva 1,7 100 HK, sølv, air con, alu, momsfrl, evt. billig medv..... km 158 kr 46.800  
06.06 Toyota RAV4 2,2 D-4D - 5D sortmetal 4x4, momsfrl..... km 173 kr 109.800  
06.01 Hyundai Santa Fe 2,0 TD 4X4, sortmetal, momsfrl..... km 170 kr 49.800

**OPEL Vest-Biler A/S**

Herningvej 48, Ringkjøbing - Tlf. 97 32 11 22  
Salgsaft. åben: Hverdag kl. 9.30-17.30 (fredag lukket)  
Søndag kl. 13.00-16.00

Se bilerne - med billede og yderligere beskrivelse - på nettet [www.vest-biler.dk](http://www.vest-biler.dk)

**Ringkjøbing**

# Grand Re-opening

## Friday June 29<sup>th</sup>

★ New terrace ★ New lobby ★  
★ New soda-refill ★ New playground ★

Opening hours 10 - 02 every day until August 12<sup>th</sup>

McDonald's® Ringkjøbing · Søndervigvej 1, 6950 Ringkjøbing

**m**  
I'm lovin' it

## Medlemstilbud

### Søndagstilbud Kvickly Bageren

# Bagerens Rugbrød

Flere varianter

**Medlemspris**  
Pris ikke medlemmer 20,00

**KUN 12,00**



# Kvickly

9674 3800  
RINGKØBING CENTRET • Skaadsmosevej 11  
Ringkjøbing

## DE NYE NIKE FREE ER KOMMET I BUTIKKEN

### KØB ET PAR INDEN DET ER FOR SENT!!



Da. str 37½ - 42

Hr. str 39 - 47½

Da. str 37½ - 42

# SPORTMASTER

Vild med sport

TORVEGADE 1 • 6950 RINGKØBING • 9732 2066  
[WWW.SPORTMASTER.DK](http://WWW.SPORTMASTER.DK)