

AAIG Aabenraa Cannonball Marathon

Lørdag den 8. februar 2014

I Aabenraa er det blevet en tradition, at vi i AAIG har et træningsløb hen mod Hamborg Marathon og Aabenraa Bjergmarathon.

Tidspunkt: Lørdag den 08.02.2014 kl.10 for Marathon, og kl. 12.00 for ½-marathon og rundeløb.

Tilmelding: Senest tirsdag den 3. februar 2014 på Race Result

(tilmeldingslink kommer snarest)

Betaling: VIGTIGT: Senest d. 4 februar. Hvis man ikke har indbetalt senest den d. 4. februar vil man blive slettet af startlisten igen

Du modtager mail med kontonr., hvortil betaling skal ske.

Delt. gebyr: 75 kr. for marathon.

40 kr. for ½-marathon og rundeløbere.

Start/mål: Aabenraa Stadion, Vestvejen 24, 6200 Aabenraa, hvor der er parkering, bad og omklædning.

Distancer: Marathon – 42,195 km.

½-marathon – 21,0975 km.

Runde (ca. 5 km) – bestem selv antal runder .

Ruten: Rundstrækning på off. vej, stier, skov. Afmærkning sker med minestrimmel, kridt o.lign.

Tidtagning: Man tager selv tid / tager tid fra ur i depotet. Tiden på føres listen, som er i depotet.

Diplom: Til alle som gennemfører. Også diplom på ½-marathon og rundeløb.

Hentes på RaceResult – på resultatlisten efter løbet.

Medalje: Kun til marathon-løbere.

Præmier: Ingen præmie til vinderen .

Depot: Et depot ved start/mål, hvor der er vand, cola, saft, frugt, chips, slik m.v.

Efter løbet: Kaffe/brød i Stadions cafeteria fra ca. kl. 14.30.

Deltagere: Marathon (maks. 25 løbere), ½-marathon og rundeløb (Ingen deltagerbegrænsning).

Tidsgrænse: Maks. 5½ time for marathon.

Startlisten og resultatliste findes RaceResult efter løbet.

Aldergænse: Man skal være fyldt 18 år på løbsdagen for at kunne deltage i maraton-distancen (eller lbe længere end ½-maraton).

For alle løb gælder, at der løbes på eget ansvar.

Frdelslov: Løbet afvikles på offentlige veje/stier og skovstier, hvorfor det henstilles til alle deltagere om at overholde færdselsloven samt tage hensyn til anden trafik på stierne.

Arrangører : Bo Junker - junker@sport.dk

Jesper Steffensen – jeste@privat.dk