

Start/mål: Odder Svømmehal, Nølevvej 6, 8300 Odder

Distancer: X antal omgange á 7,033 km

Rute: Se: <http://iform.dk/ruteplanner/odder/x-mas-rute-odder-atletik-motion>
Stier og fortove – aldrig mere end 1,5 km fra svømmehallen - trafiksikker

Starttid: Kl. 09:30 (5 & 6 omgange - 35,165 km & maraton)
Kl. 11:00 (3 & 4 omgange - ½ maraton & 28,132 km)
Kl. 12:00 (1 & 2 omgange – 7,033 km & 14,066 km)
Kl. 13:00 - åbner ”kaffebord” i Bordtennislokalet i Svømmehallen

Tilmelding: Åbner den 20. oktober på odderatletik.klubloeb@gmail.com
Navn, klub/by og antal omgange/distance
Lukker ved 150 deltagere!
Gebyr: 50 kr. – for alle distancer (betales ved afhentning af chip og startnummer)

Afhentning af chip og startnummer: I Bordtennislokalet i Svømmehallen:
Kl. 08:45 – 09:15
Kl. 10:15 – 10:45
Kl. 11:15 – 11:45
Husk at aflevere chip efter løbet!

Omklædning og bad: I Svømmehallen (også muligt før løbet – men skabene er forbeholdt Svømmehallens gæster)

Forplejning: Velassorteret kulhydrat-depot + vand og energidrik – efter hver omgang
Xtra vand og energidrik depot ca. halvvejs

Kaffe/te og kage efter løbet

Præmier: I mål får alle en X-mas øl
Lodtrækningspræmier (se opslag i Bordtennislokalet)

Resultatliste: Kommer på Hjemmesiden

Mange X-mas hilsener
Finn Ernst, Peter Holbech Andersen & Britta Houmann Sørensen