



Æblegård Friskole

inviterer til

Slotssø-løbet

Lørdag d. 6 april 2019

Børnerunde (5-12 år)	
1. Runde (+12 år)	5,3 km: 60 kr
2. Runde (+12år)	5,3 km: 60kr
Halvmarathon (+12 år)	10,6 km: 85 kr
	21,2 km: 110 kr

1. runde: 5.3 km
2. runder: 10.6 km
4. runder: Halvmarathon

Startsted og tid

Løbet starter kl. 13.00 fra den "Den store Eg", ud for huset Skovvej 17, 6300 Gråsten.

Rutebeskrivelse

Slotssø-løbet foregår i skovene omkring Gråsten Slot og Slotssøen.

Løberuten er 5,3 km lang, med 60 højdemeter pr. omgang. Alle deltagere løber samme rute.

Forplejning

Der vil være væskedepot for hver runde, inkl. energidrik (5%). Ved mållinjen vil der være frugt og vand til de deltagende.

Omklædning

Der er mulighed for parkering, omklædning, bad og toiletter fra kl. 11, ved Ahlmannsparken, Ahlefeldtvej 4, 6300 Gråsten

Andre bemærkning

Der er medaljer til alle børnene og præmier til de tre første løbere i hver kategori, for både kvinder og mænd. Diplom kan udskrives på run2u efterfølgende.

I start og mål området vil der være sørget for god stemning med musik, live-feeds fra ruten på stor-skærm, samt mulighed for at købe kaffe, øl/vand, pandekager og kage.

Tilmelding frem til dagen på
www.run2u.dk