

Et selvkomponeret grillløbs digt ☺.

Mel: Nu har vi altså Jul igen ...

Nu er det altså tid igen

at vi skal ud og løbe,

og har du aldrig prøvet det,

er det nu tid at prøve.

At løbe grillløb rundt omkring

til Åbæk og tilbage,

for efter det at spise godt -

og vin og øl at smage.

Og præmier det får vi her,

er spændt på, hvad i år vi ser

ja grillløb, grillløb, grillløb

står for dør´n igen

Meld til meld til min gode ven

Meld til, til løb og kom igen

Til dette års helt store

begivenhed.

Hermed inviteres alle medlemmer af AAIG atletik tri og motion til årets grillløb. For eventuelt nye medlemmer, der aldrig har hørt om løbet kan nævnes følgende:

1. Løbere møder på Gl. Kongevej kl.17.00 den 9. august 2019
2. Løbet er for alle AAIG medlemmer – ægtefælder og gæster er velkomne

3. Der løbes på hold, de forskellige distancer (mellem 6 og 11 km.) fordeles på holdet
4. Holdene dannes efter et utroligt sindrigt system, som er blevet afprøvet igennem mange år.
5. Det er vigtigt at man, når man melder sig til løb, også møder op til løb, ellers medfører det ikke kun uoverskuelige, men nærmest uovervindende problemer for organisationskomiteen.
6. Alle der ikke vil deltage i løb møder til spisning senest kl. 18.30.
7. Man medbringer:
 - a. Egne drikkevarer
 - b. Eget bestik og tallerken
 - c. Egne glas
8. Der er også brug for ”ikke løbere” kl. 17.00 til den meget vigtige opgave – tidtagning. Fordelingen af præmier skulle jo meget gerne være retfærdig, derfor tages der tid på alle løbere.

Pris:

For AAIG medlemmer 50.- kr.

For ikke AAIG medlemmer 75.- kr.

(afregnes til Grillløbskassens formand)

under spisningen, som seneste tidspunkt inden man går hjem ☺.

Tilmelding: Bindende tilmelding

på adressen www.aaig.dk – motion – løb - grillløb

senest den 5. august kl. 22.00

Vel mødt grillløbsudvalget – Marianne, Hanne Pia, Anne Grete, Poul Erik, Mogens og Holger.

(OBS – den udbudte Sejtrækkertur til Rügen bliver helt sikkert til noget, og der er flere pladser. Se www.oveschneider.dk).