

Pandekageløbet i Møgeltønder – søndag d. 5. april 2020.

Så skal krydset sættes i kalenderen til næste omgang pandekager. 😊🏃

Der kan løbes hel og halvmarathon.

Rundeløb er på 5 - 10 el 15 km

Aldersgrænse er på 15 år, ved runde og halvmarathon.

18 år på Marathon.

Starttid: kl 10.00 (Kom venligst i go tid, og vær klar til informationer og velkomst kl 9:45)

Pris: 75 kr for rundeløb , 75 kr for halv og 100 kr for hel.

Der er mulighed for bad og omklædning på stedet.

Der er velforsynet depot ved start/mål. For halv og hel efter 7 km , for rundeløbere efter 5 km. Efter løbet serveres der lækre pandekager.

Der løbes efter klub 100 Marathon kriterier.

<http://klub100marathon.dk/om-klub-100/loebskriterier/>

Tilmelding:

Tilmelding kan ske fra den 4. Dec

Tilmeldingsfrist : 1. April

Betaling til marathon, 1/2 marathon og rundeløb foregår via Mobilpay: 29294224 til Karen Gad Svendsen HUSK: At oplys distance

Eftertilmelding:

Er ikke muligt.

Max antal deltagere : 200 Pers

VIGTIGT !! Er du forhindret gives startgebyr ikke tilbage, og kan ikke overdrages til andre ! Overvej hvilken distance du vil løbe før tilmelding.

Løbsregler:

Deltagelse sker på eget ansvar, og færdselsreglerne skal overholdes.

Der skal passes på naturen, så derfor skal affald i de opstillede affaldsspande mm. Dette er den enkelte løbers ansvar.

Pilafmærkningen og markeringsstrimmel vil være opsat.

Tidtagning:

Deltagerne er selv ansvarlige for tidtagning, og urene må ikke stoppes under løbet. Urene må ikke stoppes under toiletbesøg og forplejning. Autostop skal være slået fra på uret.

Der vil være et ur i målområdet. Uret kan aflæses af deltagerne og du skal selv skrive din tid på listen.

Diplomer og medaljer:

Der er diplom og medalje til alle, der gennemfører.

Startliste, Resultater og diplomer vil være at finde på:

<http://xn--rdekrocannonball-lxb.noteit.dk/pandekage-loebet-moegeltønder/>

Med mindre vi selv får lavet en hjemmeside, så vil det blive oplyst her.

Tidsgrænse:

Tidgrænsen for løbet er 5.30 timer.

Hilsen

Karen Gad Svendsen og Lone Petersen