

## Invitation

Løb & Motion  
Paul Andersen  
Tlf. 23 44 18 58

[loeb@jernbanefritid.dk](mailto:loeb@jernbanefritid.dk)  
[www.jernbanefritid.dk](http://www.jernbanefritid.dk)

# Jernbanemesterskab i terrænløb

## Tid og sted

24.05.2021

Lørdag den 16. oktober på "Roskilde Ring"

## Mødested og omklædning

Banedanmark (Roskilde) med indgang gennem porten for enden af Knudsvej.  
Omkledning fra kl. ca. 10.45

## Transport

10 minutters gåafstand fra Roskilde station til omklædning og yderligere ca. 10 min. gang til start.

## Startsted

Roskilde Ring

## Starttider

Samlet start kl. 12.00

## Deltagere

Medlemmer af Jernbanefritid tilmelder sig gennem klub/forening under Jernbanefritid eller som enkeltperson, hvis man ikke er medlem af en klub/forening under Jernbanefritid.

Deltagere i åben klasse (aktive, der ikke er medlemsberettigede i Jernbanefritid) kan frit vælge at tilmelde sig gennem en Jernbanefritid forening eller som enkeltperson.

## Rute

Ruten er terrænmæssigt meget afvekslende. Ruten er en rundstrækning på ca. 2,16 km, og heraf er ca. 900 m på god grussti, ca. 900 m på græs og ca. 400 m på jordsti. Ruten er helt fri af motoriseret trafik og må betegnes som en ægte terrænrute.

Grusstierne og jordstien har rimeligt jævne overflader. På de dele af ruten, der ligger på græs, kan der være ujævnheder.

## Klasser/distancer

Børn: Ca. 2,2 km  
Motionister: Ca. 4,3 km

Jernbanemesterskab for Herrer i klasserne:  
senior, 35år, 45år Ca. 10,8 km  
55år, 65år Ca. 6,5 km

Jernbanemesterskab for Damer:  
senior, 35år, 45år Ca. 8,6 km  
55år, 65år Ca. 6,5 km

Tilsvarende åbne klasser for ikke-medlemsberettigede i Jernbanefritid.

### **Holdkonkurrence**

Jernbanemesterskab for klubhold beregnes efter pointtildeling efter alders- og kønsfordeling med 5 års spring fra 35 år.

### **Præmier**

Der er medaljer til alle deltagende børn.

Herudover er der medaljer til vinderne af de enkelte klasser.

Vandrepræmier til højst scorende løber og til det vindende hold. Begge er evigt vandrede, så længe der er plads til navne.

### **Betaling og udlevering af startnumre**

Løbet er gratis for medlemmer af Jernbanefritid

For ikke medlemmer sker betaling klub-/foreningsvis eller individuelt ved enkeltpersonoptilmelding efter regning ved udlevering af brystnumre.

### **Præmieoverrækkelse samt frokost/kaffebord**

Efter bad og omklædning er der frokost/kaffebord og præmieuddeling. Arrangementet er gratis.

### **Startgebyr**

For Jernbanefritid medlemmer er startgebyret 0 kr. Ligeledes starter børn gratis.  
For åben klasse (ikke medlemmer), er startgebyret 60 kr.

### **Forplejning**

I forbindelse med præmieuddeling er der frokost/kaffebord. Bepisningen er gratis.

### **Afbud.**

Ved afbud efter tilmeldingsfristen skal der betales fuldt startgebyr.

### **Tilmelding**

Ved tilmelding, som er bindende, oplyses følgende:

Navn  
Fødselsdag og år  
Distance  
Klasse  
Frokost/kaffebord, antal

**Tilmeldingen** skal sendes **senest 25.09.2021** til:

Paul Andersen E-mail: [Paulandersen2105@gmail.com](mailto:Paulandersen2105@gmail.com) eller [loeb@jernbanefritid.dk](mailto:loeb@jernbanefritid.dk)

På Løb & Motions vegne  
*Paul Andersen*