

## Invitation

# DJM-halvmaraton 2023

**Løb & Motion**  
Paul Andersen

Tlf. 2344 1858

[loeb@jernbanefritid.dk](mailto:loeb@jernbanefritid.dk)

[www.jernbanefritid.dk](http://www.jernbanefritid.dk)

## Tid og sted

Dato: 21.06.2023

Søndag d. 15/10-2023 I Køge Bugt Strandpark ved Greve Marina

## Mødested og omklædning

Sæt GPSen til Greve Marina, Hejren 2, 2670 Greve. Der er ikke omklædningsfaciliteter men overvåget bagageopbevaring, så medtag skiftetøj

## Transport

Du kan gå eller cykle fra Hundige st. Afstanden er cirka 2,5 km.

Kommer du i bil er der parkeringsmulighed ved Hundige Havn og i området omkring startstedet.

## Startsted

Køge Bugt Strandpark ved Greve Marina

## Starttider

Halvmaraton starter kl. 10.00

10 km starter kl. 10.10

5 km starter kl. 10.20

Walk 6 km starter kl. 10.25

Børneløb starter kl. 10.30

## Deltagere

Deltagerberettigede er medlemmer i Jernbanefritid.

Aktive, der er medlemsberettigede i Jernbanefritid, skal indmeldes inden deltagelse.

Aktive, der ikke er medlemsberettigede i Jernbanefritid kan deltage i åben klasse i de stævner, hvor der udskrives en sådan klasse.

## Ruter

Udover halvmaraton er der mulighed for 10 km, 5 km, 6,8 km gang/walk og 4,2 km børneløb (4 – 11 år). 5 km, 10 km og Halvmaraton er DAF-opmålte. Forvent ikke mange bakker!

## Klasser/distancer

Individuelt i følgende klasser:

Herre: senior, 35 år, 45 år, 55 år, 65 år

Damer: senior, 35 år, 45 år, 55 år, 65 år

Åben.

## Holdkonkurrence

Holdkonkurrencen gennemføres efter reglerne i Jernbanefritids håndbog. Det er 3-mandshold, hvor kravet er, at alle er fra samme klub. Der kan godt være flere hold fra samme klub.

## Tidtagning

Tiderne hentes fra arrangørernes hjemmeside / tidtagningssystem. Alle tilmeldes arrangementet som værende fra Jernbanefritid.

## Præmier

I forhold til deltagerantallet. Medaljer til børnene.

## Betaling og udlevering af brystnumre

Priser for deltagelse fremgår nedenfor. Jernbanefritid støtter med 50% af nedenstående priser:

Halvmaraton: **175 kr. + gebyr**, Ungdom 9-17 år: 120 kr.

10 km: **130 kr. + gebyr**. Ungdom 9-17 år: 90 kr.

5 km: **95 kr. + gebyr**. Ungdom 9-17 år: 60 kr.

6,8 km gang / walk. **60 kr. + gebyr**. Ungdom 4-17 år 40 kr.

Børneløb 4,2 km **40 kr.** for børn mellem 4 og 11 år  
(far og/eller mor må gerne løbe gratis med rundt uden nummer sammen med barnet)

Udlevering af startnummer sker i Greve Midtby Center lørdag 14. oktober 2023 mellem kl. 11 og 13 eller på dagen fra kl. 8.30 ved startstedet.

### **Præmieoverrækkelse**

Vi finder et sted i området

### **Forplejning**

Der er meget fine depoter undervejs på ruterne og the, kaffe, suppe, vand, saft og frugt når du kommer i mål. Mad kan i øvrigt købes til rimelige priser.

### **Afbud.**

Ved afbud efter tilmeldingsfristen skal der betales fuldt startgebyr, dvs. det startgebyr, der betales til den eksterne arrangør. Priserne ses ovenfor.

### **Tilmelding**

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.

Ved tilmelding, som er bindende, oplyses følgende:

Navn

E-mail

Fødselsdag og år

Klub (hvis du er medlem af en og tilmelder dig direkte til undertegnede)

**Tilmeldingen** skal sendes **senest 30.09.2023** til:

Paul Andersen loeb@jernbanefritid.dk

Læs mere på <https://sydkystloebet.dk/>

På Løb & Motions vegne

*Paul Andersen*