

## Invitation

### Løb ved Knudshoved Kursuscenter 2024. som indgår i Jernbanefritids fællesstævne i Nyborg

Løb & Motion  
Paul Andersen

Tlf: 2344 1858  
[loeb@jernbanefritid.dk](mailto:loeb@jernbanefritid.dk)  
[www.jernbanefritid.dk](http://www.jernbanefritid.dk)

#### Tid og sted

Lørdag den. 23.03.2024 ved Knudshoved Kursuscenter

14.11.2023

#### Mødested

På P-pladsen ud for kursuscenteret

#### Omklædning

Kun mulig for jer, der deltager i aftenfesten og dermed har et værelse.

#### Startsted

Lige uden for P-pladsen ved målportal.

#### Transport til start

Der arrangeres ikke bustransport fra Nyborg station.

#### Starttider

Samlet start kl. 14.00

#### 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.

#### Startgebyr

**GRATIS** for medlemmer af Jernbanefritid  
For åben klasse (ikke medlemmer), er startgebyret 60 kr.

#### Rute

Der løbes på en relativt flad rundstrækning på stier, strand og asfalt.

#### Distancer og klasser

Herrer + damer + børn	4,00 km
Herrer + damer + børn	8,00 km
Herrer + damer + børn	12,00 km

Tilsvarende åbne klasser for ikke-medlemsberettigede i Jernbanefritid.

### Motion

Som de tidligere år er der derfor ikke opdeling i konkurrenceklasser og motionsklasser. Der er heller ikke aldersopdeling. Placering afgøres efter point, der tager hensyn til alder og køn (samme pointsystem, som vi normalt bruger ved vores holdkonkurrencer).

### **Holdkonkurrence**

Der er ingen holdkonkurrence

### **Præmier**

Når vi lægger vægt på "motion" afspejler det sig også i præmierne. Præmier til børnene som normalt.

Som **toppen på præmielisten** har vi igen i år en rigtig flot lodtrækningspræmie til en værdi af 750 kr., nemlig en overnatning for 2 personer på Knudshoved inkl. middag på ankomstdagen og morgenmad på afrejsedagen. Denne præmie bliver på dagen trukket blandt alle tilstedeværende løbere fra Jernbanefritid, også klassevinderne.

Der er dog stadig noget for konkurrencegenerne. I de tre klasser er der nemlig placeringspræmier til de tre vindere.

### **Forplejning**

Der er kaffebord cirka klokken 15:30. Kaffebordet er gratis for alle deltagende løbere.

### **Tilmelding**

Tilmeldingen, som er bindende, skal senest d. 20.02.2024 sendes til [loeb@jernbanefritid.dk](mailto:loeb@jernbanefritid.dk)

Deltagere til kaffebordet bedes anført på tilmeldingslisterne.

### **Afbud**

Ved afbud efter tilmeldingsfristen skal der betales startgebyr 50 kr. og for åben klasse 60 kr.

### **Udlevering af startnumre**

Udlevering af startnumre finder sted på Knudshoved Kursuscenter inden starten.

### **Præmieoverrækkelse**

Kl. ca. 15.30 er der præmieoverrækkelse i forbindelse med kaffebordet.

### **Aftenfest**

Tilmelding til aftenfest og evt. overnatning foregår via særlig indbydelse hertil.

På Løb og Motions vegne

*Paul Andersen*