

FIF Juleløb d. 21-12-2024

Indbydelse

D. 21-12 afholder FIF Juleløb - alle såvel FIF'ere som løbere fra andre klubber er velkomne

Baner;

Let bane;

Der vil være en traditionel let bane, der i udgangspunktet er tiltænkt de yngste løbere. Alle er dog velkomne til at tilmelde sig. Der opfordres til gennemførelse med nissehue på.

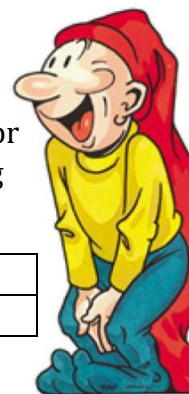


Pointløb (mellemsvær/svær);

Pointløbet er tiltænkt mellemsvær- og sværbaneløbere. Man kan tilmelde sig enten en klasse med maks løbstid på 45 min. eller 60 min.

Det vil være et lidt alternativt pointløb, hvor en række **juleelementer** vil indgå.

På pointløbet vil der være 30 poster, der hver giver 10 point. Der gives yderligere 20 point for gennemførelse med nissehue på. Målet er at få flest muligt point (og så selvfølgelig hygge sig imens). Ved for sen målgang uddeles strafpoint efter systemet;



| | | | | |
|-----------|------------|------------|------------|-------|
| 0-1 min | 1-2 min | 2-3 min | 3-4 min | (...) |
| - 5 point | - 10 point | - 20 point | - 40 point | (...) |

Mødested;

Kompashuset, Ødamsvej 36, 3400 Hillerød

Mødetidspunkt og afgang til start;

Mødetidspunktet er senest kl. 10:00, og kl. 10:05 er der fælles afgang til start, der ligger 500 m. fra klubhuset. Der er ikke transport af overtrækstøj. Inden start følger en kort instruktion.

Start;

Starttidspunkt for pointløb maks tid 60 minutter er kl. ca. 10:15.

Starttidspunkt for pointløb maks tid 45 minutter er kl. ca. 10:20.

På let bane er der fri start fra kl. ca. 10:25.



Kort;

Let bane; 1:10.000 og A4 størrelse

Pointløb (mellemsvær/svær); 1:7.500 og A3 størrelse

Tilmelding;

Tilmelding foregår på FIF's hjemmeside, og **tilmeldingsfristen er d. 18-12.**

Deltagelse er gratis for alle medlemmer af FIF Hillerød. For alle øvrige er prisen 25 kr. for deltagelse. Beløbet dækker kort, samt julelækkerier efter målgang.

Betaling for ikke FIF'ere foregår med Mobilepay til nr. 50 99 17 69 (Ulrik S.)

Omklædning og bad;

Der vil være mulighed for omklædning og bad i Kompashuset. Desuden er fællessaunaen tændt for alle, der medbringer stort håndklæde.

Julelækkerier;



I Kompashuset vil der efter målgang være mulighed for at få gløgg, varm saft og æbleskiver.

Præmier;

Der vil være en lille overraskelse til alle gennemførte på den lette bane.

Der vil være en lille præmie til flest indsamlede point for herrer og damer i begge pointløbsklasser.

Derudover vil der være et par lodtrækningspræmier blandt alle deltagere i pointløbet.



Vi ses til juleløb <:-D

