

Alhedeløbet 2023

Torsdag den 11. maj 2023

**VI HAR ÆNDRET RUTER OG VI ER FLYTTET UD I SKOVEN
DERFOR LØBES DER UDELUKKENDE PÅ SKOVSTIER. 😊
KOM OG LØB/GÅ IGENNEM DEN FORÅRS KLÆDTE ALHEDESKOV..**

LØBSINFORMATION

- Startsted og -tid:** [Stendalsvej 23, Karup](#). Nyt startsted i udkanten af skoven
Ruterne foregår på skovstier og er en rundstrækning på 4,3 km.
Der er også en MTB-halvmarathon.
Start procedure:
MTB- halvmarathon start kl. 17:30 5 omgange
Halvmarathon start kl. 18.30 5 omgange
12,7 km samlet start kl. 18.40 3 omgange
8,5 km samlet start kl. 18:50 2 omgange
4,22km samlet start kl. 19:00 1 omgang
- Stævnekontor:** Fra P-plads vil der være skilte som viser vej til eventvogn som er stævnekontor og her udleveres løbe chip og indskrives eftermeldinger.
- Tilmelding:** Tilmeldingen: : <https://karupok.nemtilmeld.dk/8/>
Eftertilmelding på dagen indtil kl.18:15 + kr.10,-
Marathon kr. 100, Ungdom kr. 25,- Voksne kr. 60,-
TILMELDING AF HOLD KAN SKE TIL: larskopp@live.com
- Bad og omklædning:** Der er mulighed for bad og omklædning i Alhedehallen.
- Væske:** Der vil være frugt, væske og energibar i mål området.
- Præmier:** Største tilmeldte hold og det må gerne være skolehold, gadehold, Firmahold, klubhold, familiehold.
nr.1-2 og 3 på Halvmarathon
nr 1 på de andre ruter, H/D og dreng/pige
- Arrangør:** Karup Orienteringsklub/Motions afd.
Oplysning: Lars-Ole Kopp mobil 24 62 18 03 eller larskopp@live.com
Lau Sørensen - mobil 50985372 eller lausoerensen3@gmail.com



Og vi glæder os allerede 😊

ALHEDELØBET 2023
11. maj.
4,22 km rundstrækning

Parkering

Start og mål



PRIVATE OMF
UDENFOR DI

MTB-halvmarathon 5 runder
Halvmarathon 5 runder
12,7km 3 runder
8,5 km 2 runder
4,22km 1 runde

