

HADSUNDLØBET

TORSDAG D. 7. SEPTEMBER 2023 KL. 18.30.

3 FORSKELLIGE RUTER: 3,3 KM. - 5,5 KM. - 10,5 KM.

Arrangører: Sportigan Hadsund og Mariager Fjord Orienteringsklub.

Dato og tid: Torsdag d. 7. september med start kl. 18.30.

Løbsdistancer: 3,3 km, 5,5 km og 10,5 km. Bemærk: 10,5 km er kun for løbere på 15 år og derover.

Løberuter: Oversigt findes via klubbens hjemmeside: www.mfok.dk

Start og mål: Sportigan på Storegade/Torvet i Hadsund.

Aldersgrupper: M/K: - 8, 9-10, 11-12, 13-14, 15-20, 21-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70 -.

Startgebyr: - 14 år: 60 kr. / øvrige: 90 kr. Indbetales samtidig med din tilmelding.


Løbs-T-shirts:  har skænket flotte løbs-T-shirts, som er i overskud fra tidligere løb. Uddeles på selve løbsdagen efter "først til mølle-princippet".

Startnumre: Afhentes på løbsdagen fra kl. 17.00, dog senest kl. 18.00.

Startlister: Findes via klubbens hjemmeside: www.mfok.dk

Præmier: Medaljer til alle gruppevindere.
Spurtpremier til heldige løbere ved målpassage.

Vandrepokal: Vandrepokal skænket af Urmager Erhardsen Hadsund. Pokalen gives til det største hold fra klub, forening, skole, forretning, virksomhed, gade el. lign.

Væske/frugt: Et vanddepot på 5,5 km. og to på 10,5 km.
Desuden frugt, vand og saft i målområdet sponsoreret af 

Resultatliste: Resultatliste kan hentes via klubbens hjemmeside: online på www.mfok.dk

Tilmelding: Senest d. 4. september (eftertilmelding + 50 kr.)
BEMÆRK kun onlinetilmelding via: www.mfok.dk

