

## Kamstrup Nytårscup 3. runde - juletema

1 meddelelse

**bmi motionsudvalget** <bmimotionsudvalget@gmail.com>  
Til: BMI Motionsudvalget <bmimotionsudvalget@gmail.com>  
Bcc: bmimotion@gmail.com

21. november 2019 kl. 07.50

Hej alle

Med to runder af Nytårscuppen vel overstået er det tid til at kigge frem mod 3. runde, som afvikles søndag 8. december med start kl. 10 fra Marselisborghallen. Som altid kan man vælge mellem 5 og 10 km, og denne gang skal vi have hele Væddeløbsbakken med på hver omgang.

Det er som de tidligere runder ganske gratis at deltage i løbet (forudsat at man indgår i officialordningen og løber med klubtrøjen yderst), og tilmelding foregår ved at skrive til [thomas.rambusch@semantix.dk](mailto:thomas.rambusch@semantix.dk) med angivelse af navn, distance og fødselsdato (hvis man ikke har været tilmeldt før). 16 medlemmer er allerede på listen, men vi har plads til mange flere!

I forbindelse med dette løb er der også et tema, og denne gang er det... JUL!!! Nissehue er velkommen til løbet, og det er også muligt at tilkøbe en julefrokost efter anstrengelserne. Arrangørerne skriver:

I den anledning er der mulighed for at nyde en dejlig julefrokost, i de helt nye lokaler i Marselisborg hallen. Har du familie, kollegaer, venner eller bekendte som du gerne hygger med efter løbet? 🌟🥰

For 125 kr. får du følgende:

- Fiskefilet med remoulade og citron
- Hjemmelavet Leverpostej med bacon og champignon
- Hjemmelavet Frikadeller med rødkål
- Hjemmelavet jule medister med grønlangkål
- Flæskesteg med rødkål og brune kartofler
- Ris á la Mande, kirsebærsauce
- 1 øl, vand eller sodavand

Motionsudvalget har vedtaget, at deltagelse i julefrokosten foregår for egen regning, men hvis nogen er interesseret i dette, kan vi godt stå for tilmeldingen. Hvis du vil være med til julefrokosten efter løbet, bedes du således angive det ifm. din tilmelding (eller send en mail til Thomas som ovenfor angivet) - info om separat betaling for julefrokosten tilgår senere.

Lad os se, om vi kan blive endnu flere deltagere til 3. runde end til 2. runde - 27 er tallet, der skal slås! Motionsudvalget glæder sig til stadighed over den massive og velmotiverede opbakning!

Mange julehilsener - Motionsudvalget