

Fra: bmi motionsudvalget <bmmotionsudvalget@gmail.com>
Sendt: 3. januar 2023 07:39
Til: bmi motionsudvalget
Emne: Løb Langt 15/1

Kære BMI-Løbere og Walkere.

Forhåbentlig kan I huske, at vi planlægger at holde et løb-langt arrangement søndag den 15 januar klokken 10.00.

Ruterne er de klassiske på ca. 12 km, 18 km og 22 km. Ruterne vil være afmærkede, og vi starter i samlet flok de første par kilometre, indtil racer-hestene ikke kan styre sig mere.

Links til ruterne kan findes på Facebook.

På den lange rute på 22 km bliver der lavet en kridtmarkering efter 21,0975 km, så det er muligt at registrere en officiel halvmarathon. Det er som bekendt et brændende ønske, og hvad gør man ikke for sine løbevenner?

Vi starter 10.00 i Cafe Klubånd på Egelund med en hurtig introduktion. Derefter løber vi. Fra klokken 11.15 er der brunch i Cafe Klubånd.

Det koster 40 kroner at deltage. Pengene kan overføres på MobilePay til 63875 med teksten "BMI Løb Langt". Man er også velkomne til at betale på dagen med klingende mønt, men helst MobilePay.

Du bedes skrive i tråden på FB eller ved at sende en mail til Carsten på nymarksalle122@gmail.com SENEST DEN 8/1, hvis du vil deltage. Det er vigtigt af hensyn til forplejningen.

Vi glæder os meget til at se jer.

Hilsen Motionsudvalget

PS: Husk, at der nu er mulighed for at vinde en præmie ved at indsende bidrag til januar-challenge for mindst 30 dage og samtidig komme over 150 km samlet for måneden - så det er bare med at være med, hvor der sker noget!