

Fra: bmi motionsudvalget <bmmotionsudvalget@gmail.com>
Sendt: 15. januar 2023 17:26
Til: bmi motionsudvalget
Emne: Nyt løb/walk til januar-challenge - Rundtosseløbet lørdag 28/1

Hej alle

Helt høje efter dagens fine fremmøde og fantastiske stemning til Løb Langt har Motionsudvalget valgt at lancere en ny event - Rundtosseløbet (som også inkluderer walk)!!! Det geniale ved konceptet (når vi selv skal sige det) er, at ALLE (også børn) kan deltage, for eventen består nemlig af en prolog på ca. 600 m, hvorefter man løber eller går lige så mange runder a 1,025 km rundt om Egelund, som man orker! Og da vi efterhånden sjældent laver noget uden at tænke halvmaraton ind i det, er det så smart arrangeret, at efter 20 runder (og prolog) har man tilbagelagt en halvmaraton. Og ja, den tæller officielt!!!

Vi har igen entret med Café Klubånd og lavet en aftale med dem, så efter at have løbet/walket sine runder kan man gå derind og nyde et stykke kage (ét stykke pr. deltager) samt kaffe/te ad libitum. Den slags er naturligvis ikke gratis, så vi beder hver deltager om en beskeden pris på 30 kr.

Eventen starter kl. 9.00 ved Egelund, hvor ruten og konceptet vil blive forklaret, og vi forventer, at de fleste har fået mættet deres kilometertrang efter ca. 3 timer. Café Klubånd har dog brug for at vide, hvor mange bagere de skal have på, så derfor er sidste tilmeldingsfrist til løbet søndag 22/1. Du tilmelder dig ved at skrive til Thomas på thomas.rambusch@semantix.dk - her må du meget gerne anføre, om du forventer at løbe halvmaraton, så vi kan lave en officiel startliste - og samtidig bedes du indbetale de 30 kr. til 63875 med teksten Rundtosseløbet. For en gangs skyld fordrer deltagelse IKKE, at man indgår i officialordningen, så enhver undskyldning for ikke at deltage burde være forduftet. Vi ser dog gerne, at man har klubtrøjen på, da vi også forventer at invitere lidt gæster, som gerne skulle have vores flotte tøj at se på undervejs.

Husk, at vores januar-challenge kører måneden ud, så dette er en unik chance for at få kilometer i benene og samtidig møde og blive opmuntret af masser af klubkammerater. Vi opfordrer nemlig deltagerne til - efter egen rytme - at skifte retning nogle gange undervejs, så man også får set nogle af de andre deltagere forfra.

Vi sætter et væskedepot op ved Egelund, så man kan blive forfrisket undervejs.

Motionsudvalget håber, at rigtig mange vil gribe denne chance for at få de sidste kilometer presset ud af benene i det bedst tænkelige selskab - jeres egne klubkammerater!!!

Mange hilsener - Motionsudvalget