



Indbydelse til **Klubmesterskab** i OK Snab



Klubmesterskab er for alle medlemmer af OK Snab – også dem som ikke ser sig selv som favorit ☺.

Tid: Lørdag d. 25/11, start mellem 12:00 og 12:45
Sted: Stenderup Midt – mødested oplyses senere (på hjemmesiden).

Klubmesterskab: **Dyst om pokalerne** i de aldersbestemte klasser.
Mesterskabet kan vindes af aktive medlemmer i Snab.

Åbne baner: Du kan også tilmelde dig en hvilken som helst bane – der er ingen pokal, men en lille **præmie til de hurtigste**.

Startmetode: "Put-and-run" start, men styret, så der bliver passende intervaller mellem løbere på samme bane.

Løbet er en del af trekantklubbernes fælles vintertræningsløb, hvor vi blot starter før de øvrige deltagere. Løbsafgift: kr. 0,- Der bruges SI-brikker.

Tilmelding – Senest den 19/11 til henning@h-schou.dk

Angiv: enten din **klasse** jf. oversigt nedenfor – så er du med i klubmesterskabet ...
eller en hvilken som helst af de fem **baner**.

Familier: Gerne samlet tilmelding.

Lånebrik: Skriv helst, hvis du skal låne en SI-brik.

| Bane | Længde | Klubmesterskabsklasser |
|-----------------|---------------|-------------------------------|
| Let | ca. 3 km | D-12, H-12 |
| Mellemsvær | ca. 4,5 km | D13-16, H13-16 |
| Svær kort | 3,5 – 4 km | D55-64/H60-H69, D65-/H70- |
| Svær mellemlang | ca. 4,5 km | D35-44, D45-54, H50-59 |
| Svær lang | ca. 7 km | D17-34, H17-39, H40-49 |

(Løbs-alder = alder pr. 31/12/2017. Man kan som sædvanligt stille op i længere og sværere klasser, hvis man har lyst.)

Begyndere må gerne skygges på let bane.

NB: Husk, at der er klubfest om aftenen! Separat indbydelse – separat tilmelding.

Det bliver **Hyggeligt**!!!