



# Indbydelse til **Klubmesterskab** i OK Snab!



Klubmesterskab er for alle medlemmer af OK SNAB – også dem som ikke ser sig selv som favorit 😊. Hvis man ikke ønsker at stille op i en mesterskabsklasse, så er der mulighed for at løbe en åben bane. Arrangementet afvikles i Fovslet Skov og foregår som en del af Trekantklubbernes lørdagsløb.

Tid: Lørdag d. 21/11, start mellem 12:00 og 12:45  
Sted: Fovslet skov. Afmærkning fra Steppingvej syd for skoven.  
Startafgift: Gratis

**Tilmelding: Senest tirsdag d. 17/11 til Kaj: [kaj.isaksen@gmail.com](mailto:kaj.isaksen@gmail.com)**

Angiv bane og klubmesterskabsklasse eller om du løber åben bane jf. oversigt nedenfor. Hvis du er i tvivl så spørg endelig. Familier: Gerne samlet tilmelding.

| <b>Bane</b> | <b>Længde</b> | <b>Åbne baner</b> | <b>Klubmesterskabsklasser</b>  |
|-------------|---------------|-------------------|--------------------------------|
| Begynder    | 2-2,5 km      | Åben for alle     |                                |
| Let         | 2,5-3,5 km    | Åben for alle     | D -12, H -12                   |
| Mellemsvær  | 3,5-4,5 km    | Åben for alle     | D13-16, H13-16                 |
| Svær kort   | 3-4 km        | Åben for alle     | D55-64, H60-H69, D65-, H70-    |
| Svær mellem | 4-5 km        | Åben for alle     | D17-34, D35-44, D45-54, H50-59 |
| Svær lang   | 6-7 km        | Åben for alle     | H17-40, H40-49                 |

Man skal ikke kvalificere sig til mesterskabsklasserne – blot du kan løbe en svær bane og aldersmæssigt passer i klassen, kan du tilmelde dig en sådan.  
Der er små præmier på de åbne baner.

”Put-and-run” start, men styret, så der bliver passende intervaller mellem løbere på samme bane. Væske i mål. Løbende resultatformidling på stævnepladsen.

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

*Det bliver **Hyggeligt** !!!*