

Vinter Challenger 100 miles i 10 etaper

Vi løber 100 miles ruten i 10 etaper, denne gang løbes ruten baglæns. Længden på etaperne er ca. 16 km. Der vil være depot midtvejs og til slut på ruten. Oplægget er, at vi skiftes til at stå for depoterne. Man giver 20 kr. til depotet, når man deltager.

Husk det er en social fællestur og vi følges ad.

Der løbes i to hold. Hastighederne nedenfor er et "udgangspunkt", men kan selvfølgelig varierer lidt!!

Hold 1 løber i tempo CA. 6.30 min/km.

Hold 2 løber i tempo CA. 6.00 min/km.

Første tur er lørdag d. 18 januar kl. 9.00 og derefter hver anden lørdag.

Er der stemning for det efter sidste etape, kan vi afslutte med noget godt at spise.

Etape 1: Lørdag d. 18/01. Start Vandrehjemmet Ørødde - Slut Ljørslev kirke. Ca. 16 km.

Etape 2: Lørdag d. 01/02. Start Ljørslev kirke – Slut Vester Assels kirke. Ca. 17-18 km.

Etape 3: Lørdag d. 15/02. Start Vester Assels kirke – Slut Ørndrupvej 93 Karby Ca. 17 km.

Etape 4: Lørdag d. 29/02. Start Ørndrupvej 93 Karby – Slut Thorup forsamlingshus. Ca. 17-18 km.

Etape 5: Lørdag d. 14/03. Start Thorup forsamlingshus – Slut Sundby kirke. Ca 15 km.

Etape 6: Lørdag d. 28/03. Start Sundby Kirke – Slut Sø Bugten. Ca 16 km.

Etape 7: Lørdag d. 11/04. Start Sø Bugten – Slut Feggesund Kro. Ca. 18 km.

Etape 8: Lørdag d. 25/04. Start Feggesund Kro – Slut Jørsby Kirke. Ca. 13 km.

Etape 9: Lørdag d. 09/05. Start Jørsby Kirke – Slut V. Kirsten og Søren Nielsen, Efterskolevej 14 7950 Erslev. Ca. 15 km.

Etape 10: Lørdag d. 23/05. Start V. Kirsten og Søren Nielsen, Efterskolevej 14 7950 Erslev – Slut Kirketorvet Nykøbing. Ca. 15 km.

Tovholdere

Inger Nielsen

Søren Nielsen

Erik Møller Jensen