

FUGLSANGSØ-STAFETTEN 2011

Onsdag den 8. juni kl. 18.30

TILMELDING
og betaling
senest
19. maj



Atletik/Motion

www.herninglober.dk

**runners
corner**
VIBORG · HERNING

newline
runners outfit since '87

ege



HERNING
Gl. Landevejes Bageri v/Niels Henrik Laursen



AALBÆK SPECIALITETER

SMC : BILER

Invitation til løbefest, motionskick, sjov og livsglæde

Kom og vær med i årets borger- og firmastafet med efterfølgende spisning og socialt samvær!



Find løbe- og traveskoene frem. Tag dine arbejdskolleger, studiekammerater, naboer eller venner under armen og deltag i årets firma- og borgerstafet ved Fuglsangsø.

Nyd den udleverende madkurv i hyggeligt socialt samvær i jeres medbragte telte eller pavilloner – mens aftensolen går ned og blussene tændes.

Holddannelse:

- > Løbehold: Stafetløb, hvor 5 personer løber 5 km hver.
- > Ganghold: Walk, hvor 5 personer sammen går 5 km.

Program og rute

Start og mål: Ved søens østre bred.

18.30: Start løb.

19.00-19.30: Start gang.

Startgebyr: 500 kr. inkl. madkurv.

Madkurven indeholder: Brød, pålæg, ost, vin, kage, frugt, drikkebægre, tallerkner. Madbon medbringes ved afhentning af madkurven.

Diplom: Udskrives fra www.herninglober.dk

Tidtagning: Kun løbehold – samlet holdtid og individuelle tider.

Startnumre: Udsendes til holdkaptajnen i god tid.

Løb: Forreste cifre er holdets nummer. Sidste ciffer er løberens nummer.

Gang: Ganghold modtager kun ét nr. Bæres af holdkaptajnen.

Rutekort: Findes på www.herninglober.dk

Resultatliste: Offentliggøres 13. juni på www.herninglober.dk

TILMELDING og betaling senest 19. maj

Herning-Nordea løbet

Efterårets store motionsbegivenhed er HERNING-NORDEA-LØBET
Lørdag 17. september 2011 fra kl. 14.00
midt i byens hjerte: TORVET i HERNING

Brochuren udkommer lige efter sommerferien.
Få den elektronisk – tilmeld dig mailinglisten på www.herninglober.dk

For yderligere oplysninger

HGF Atletik & Motion

Oplysninger om stafet:
Niels Thomassen: 40 38 07 94
ingeniels@mail.tele.dk
eller
Kim Ansbjerg: 97 21 33 98 / 61 69 70 63
kimepa@hotmail.com

www.herninglober.dk

TILMELDINGSKUPON

Skal udfyldes da startnumre udsendes

Holdets navn:

Firmaets navn:

Holdkaptajn:

Gade:

Postnr./By:

Tlf:

E-mail:

Sæt x Ganghold Løbehold

Send tilmeldingskupen til:

Anders Buch Nielsen, Spurven 9, 6920 Videbæk
Netbankbetaling: Indbetalingskort +73 +84923494<
Først når betaling er indgået, er man tilmeldt.

Husk at angive holdnavnet.

Eller tilmeld på herninglober.dk

