

RAC Milen 2018

Løbes omkring den naturskønne Damhuseng og -sø.

Sidst opdateret 10. december 2017

Løbsdatoer	
Lørdag den 10. marts	Kl. 15.00
Onsdag den 4. april	Kl. 18.30
Onsdag den 2. maj	Kl. 18.30
Onsdag den 6. juni	Kl. 18.30
Onsdag den 15. august	Kl. 18.30
Onsdag den 12. september	Kl. 18.30
Lørdag den 13. oktober	Kl. 15.00
Lørdag den 10. november	Kl. 15.00

Efter sidste løb uddeles der præmier til årets klassevindere i serieløbet på Rødovregård

Startsted	Rødovre stadion, Elstedvej 40, 2610 Rødovre.
Omklædning	Der er mulighed for omklædning og bad.
Tilmelding/gebyr:	Ved start Kr. 50 - Børn kr. 20 (Tilmelding/betaling på løbsdagen, ingen forhåndsbetaling. Løbet åbent for alle)
Distancer	4,706 km og 7,532 km (DAF opmålte)
Klasseinddeling	Kvinder/mænd -14 år, 15-29 år, 30-39 år, 40-49 år, 50-59 år, 60-69 år, 70-79 år.
Præmier	Lodtrækningspræmier blandt de deltagende, efter hvert løb.
Serieløb	Du skal gennemføre mindst 5 ud af de 8 løb, for at deltage i serieløbet. Præmie til klassevinderne.
Kondimedaljer	Alle løbere, som deltager i milen, bliver registreret. Ved 25, 50 og 100 løb, uddeles kondimedaljer.
Resultatliste	Resultaterne vil kunne ses på disse sider.
Oplysninger	Stig Kongsborg tlf. 25 29 22 16 mail: Stig@Kongsborg.dk Jørgen Glenholm tlf. 38 74 73 48 mail: j.glenholm @ websped.dk Preben Buck tlf. 20 98 64 48 mail: preben.buck @ gmail.com