

BRØDERUPLØBET

Søndag d. 7. april 2024

Start for maraton kl. 09.00

Start for halvmaraton og 12 km kl. 11.00

PRIS FOR DELTAGELSE

Maraton – tilmelding og betaling på dagen	175 kr.
Maraton – forhåndstilmelding	150 kr.
Halvmaraton over 18 år	130 kr.
Halvmaraton under 18 år	80 kr.
12 km over 18 år	80 kr.
12 km under 18 år	50 kr.

TILMELDING OG BETALING

Halvmaraton og 12 km

Tilmelding og betaling på løbsdagen. Betal primært med MobilePay, men kontanter modtages også.

Maraton

Forhåndstilmelding senest **torsdag d. 4. april** på mail til finn@gefitek.dk.

Betal med MobilePay (nummer oplyses ved tilmelding).

Eventuelle spørgsmål til finn@gefitek.dk.

PRAKTISKE OPLYSNINGER

- Der er parkering ved skolens sportshal. Anvisninger skal følges.
- Omklædning og bad er mulig ved skolens sportshal
- Indskrivning og udlevering af startnumre sker i skolens gamle gymnastiksal nær ved start og mål.
- Udlevering af startnumre til maraton starter fra kl. 08.30 til 08.55.
- Indskrivning og udlevering af startnumre til halvmaraton og 12 km er fra kl. 9.30 til 10.55.
- Maraton starter kl. 09.00, mens halvmaraton og 12 km samlet starter kl. 11.00.
- Tidtagning sker digitalt, men med fælles starttid (uden chip).
- Når du er i mål, venter det sædvanlige kaffe- og kagebord.
- Vi trækker lod om præmier, som kan afhentes i den gamle gymnastiksal.
- Der er medalje og diplom til alle gennemførende løbere, markeret med præstationen.

RUTERNE

Brøderupløbet består af tre distancer, fordelt på to ruter. Løber du maraton distancen, skal halvmaratonruten løbes to gange, med vending foran Brøderup Efterskole. 12 km ruten er markeret med blå tal og pile, mens halvmaraton er markeret med rødt.

- Blå og rød rute følges ad de første 5 km. Herefter deler ruterne sig, men samles igen til en fælles rute de sidste 2,5 km mod mål. Begge ruter fører dig gennem Sydsjællands smukke morænelandskab.
- Blå rute har flere steder betagende udsigter. Ruten er let kuperet og ca. 3 km af ruten løbes på skovvej.
- Rød rute har, ligesom blå rute, flere steder betagende udsigter og består bl.a. af knap 10 km på grus og skovvej. Den ene skov - Bækkeskov - var den danske krigshelt Anders Lassens* legeplads som barn. Der løbes også forbi den store gaspumpestation, der er etablering i forbindelse med Baltic Pipe projektet.
- På den blå 12 km-rute møder du drikke depot omtrent midt på ruten og ved mål.
- På den røde rute, halv og helmaraton, er der drikke depoter med vand og energidrik (6%). Der er depot ved 5,5 km, 11 km, 16 km og mål, og ved 26,6 km, 32,1 km, 37,1 km og mål for maraton.
- Maraton-løberne har mulighed for supplerende frugt og andre former for energitilskud (slik og druesukker) ved depoterne.
- Ruterne er markerede med kridt-pile på vej ved væsentlige ændringer, skilte med pile og kilometer-afmærkede. For maratonruten er km-markering dog kun pr. 5 km fra ½ maraton til mål, men ½ maraton skilte er markering pr. km. Find ruter, højdeprofil for halvmaraton og kørevejledning til Brøderup Efterskole på Mogenstrup LMK's hjemmeside www.mogenstrup-lmk.dk

Find os Facebook www.facebook.com/broderuploebet

* Anders Lassen var den eneste udlænding udenfor Storbritannien, der i forbindelse med 2. verdenskrig modtog Victoria Cross, som er den højeste britiske hædersbevisning for heltemod. Han blev dræbt i kamp i Italien få uger inden krigens slutning. På halvmaratonruten løbes forbi en lille stensætning til minde om Anders Lassen og hans familie. Stensætningen er udformet som en lille gravhøj i skoven tæt ved Himmerrigsdalen.