

## BRØDERUPLØBET

Søndag d. 16. april 2023

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	75 kr.
12 km over 18 år	75 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. 13. april** på mail til [finn@gefitek.dk](mailto:finn@gefitek.dk).

Betal med MobilePay (nummer oplyses ved tilmelding).

Eventuelle spørgsmål til [finn@gefitek.dk](mailto: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 medaljer til alle gennemførende løbere, markeret med præstationen.

## RUTERNE

Brøderupløbet består af tre distancer, fordelt på to ruter. Løber du maraton distancen, skal halvmaraton-ruten 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 drikkedepot omtrent midt på ruten og ved mål.
- På den røde rute, halv og helmaraton, er der drikkedepoter 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](http://www.mogenstrup-lmk.dk)

Find os Facebook [www.facebook.com/broderuploebet](https://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.