



# Tårnby-løbet 2019

## Løbsoplysninger.

### Hvornår:

Onsdag den 9.oktober 2019.

### Starttider:

Samlet start for både 5 & 10 km. kl. 17.30 – Du vælger selv undervejs om du vil løbe 5 eller 10 km. Lige før 4 km. deler ruten sig – vil du løbe 10 km. løber du til venstre, vil du løbe 5 km. fortsætter du ligeud. Der er skilte og officials på stedet.

### Hvor:

Start og mål ved Tårnby Sundhedscenter – Kamillevvej 4.  
Der er begrænset mulighed for bad og omklædning i centeret.

### Distance:

5 & 10 km. begge DAF opmålte flade og hurtige ruter med skilte for hver km.

### Præmier:

Præmie til vinder af 5 & 10 km mænd/kvinder.  
Derudover udloddes der et antal lodtrækningspræmier.  
Præmieoverrækkelser finder sted i Tårnby Sundhedscenter kl. 18.30

### Forplejning:

Der vil være saft, vand og frugt samt lidt spiseligt i målområdet efter du har løbet. Vand efter 2 og 6 km. på 10 km. løbet.

### Rutekort:

Kan ses andet sted.

### Startgebyr:

80 kr. for 5 & 10km. / eftertilmelding på dagen + 20 kr.

### Resultater:

Resultatliste kan ses her på sitet dagen efter løbet.

### Information:

Hvis du ikke finder den ønskede information her på hjemmesiden, kan henvendelse ske til Michael Christensen [amageratletik@email.dk](mailto:amageratletik@email.dk) - telefon 3284 3418 / 25151159

### Tilmelding:

Online via [www.sportstiming.dk](http://www.sportstiming.dk) senest 2.oktober – startnummer tilsendes.  
Giro eller PC bank: 3361 000 221 3443 senest 2.oktober. Startnummer tilsendes.  
Påfør navn, adresse, email og løb ved indbetaling.  
Englandsvejens Tømmerhandel Englandsvej 229, 2300 Kbh S. fra den 19.august til 8.oktober - her får du startnummer med det samme.  
På stedet, på dagen / Tårnby Sundhedscenter Kamillevvej 4 fra kl. 16.00 - 17.20