



# Kongevejsløbet 2013

Åbent rulleski-DM/FM lang distance  
&  
Marathon og ½-Marathon distancer i klassisk  
på "2'er hjul"

Søndag den 8. september 2013, kl. 12.00  
ved Rudegård Stadion.

Reserver allerede dagen nu, kom og vær med til det store løb!  
Arrangør Holte Ski.



Foto: Bent Hjarbo

Sæt allerede nu kryds i kalenderen og kom og vær med til en fantastisk rulleskidag!

## Konkurrencen:

### DM/FM:

Fællesstart kl. 12.00 (startnummer skal afhentes inden kl. 11.30)

Der konkurreres sideløbende i henholdsvis fri og klassisk stil.

Der kåres Danmarksmester og uddeles DIF-medaljer i H21-39, fri stil.

I alle øvrige klasser og i klassisk stil kåres Forbundsmester og uddeles forbundsmedaljer.

Det er tilladt at rykke fra sin egen klasse til en klasse nærmere H21-39 henholdsvis D21-39, eller til disse klasser.

DM/FM klasser og distancer:

Klasse	Fri		Klassisk	
	Damer	Herrer	Damer	Herrer
D/H - 12	6,8 (1)	6,8 (1)	6,8 (1)	6,8 (1)
D/H 13-14	19,6 (3)	19,6 (3)	13,2 (2)	13,2 (2)
D/H 15-16	19,6 (3)	32,4 (5)	13,2 (2)	19,6 (3)
D/H 17-20	32,4 (5)	45,2 (7)	19,6 (3)	32,4 (5)
D/H 21-39	32,4 (5)	45,2 (7)	19,6 (3)	32,4 (5)
D/H 40-49	32,4 (5)	45,2 (7)	19,6 (3)	32,4 (5)
D/H 50-59	19,6 (3)	32,4 (5)	19,6 (3)	32,4 (5)
D/H 60-69	19,6 (3)	32,4 (5)	19,6 (3)	19,6 (3)
D/H 70-	13,2 (2)	19,6 (3)	13,2 (2)	19,6 (3)

Tallet i parentes angiver antal ture á 6,4 km. Den totale distance fås ved tillæg af opløbets ekstra 400 m. Det henstilles, at der kun tilmeldes børn som er absolut sikre rullerløbere.

Alder regnes pr. 31.12.2013.

## Kongevejsløbet, 1/1 og ½-marathon

Klassisk stil, kun 2'er hjul tilladt. Marathon og Halv-marathon distancer, svarende til 7 og 4 omgange, dvs. 45,2 og 26,0 km, i herre- og dameklasse der er naturligvis præmier til klassevinderne.

### Husk:

Brug af hjelm og beskyttende briller er obligatorisk. Manglende briller og/eller hjelm medfører automatisk diskvalifikation.

### Stævneplads:

Rudegård Stadion, Kongevejen 464, 2840 Holte – og nærmeste omegn. Forstået på den måde, at vi har stadions faciliteter til rådighed, men selve konkurrencen foregår henne om hjørnet – på Hørsholm Kongevej med start ud for nr. 51.

Se evt. [www.krak.dk](http://www.krak.dk) vælg Kort, indsæt: Hørsholm Kongevej 51, 2840 - så får du et overblik.

### Parkering:

Rudegård Stadions p-pladser på Kongevejen 460 og 464.

### Løjpe:

6,4 km ud-og-hjem løjpe på Hørsholm Kongevej, som **afspærres for al øvrig trafik** fra kl. 11.00 til 15.00. En udfordrende, kuperet løjpe med rigtig god asfalt.

Der vil være start og sydligt vendepunkt ud for Hørsholm Kongevej nr. 51, og nordligt vendepunkt lige syd for krydset ved Høsterkøbvej-Gøngehusvej. Målet er på en bakketop 400 m nord for det sydlige vendepunkt (- så der er basis for en ekstra hård finish!!).

**Evt. spærretid fastsættes af løbsledelsen..**

### Omlædning og bad:

Rudegård Stadion, Holte Hal 1, primært omlædningsrummene i underetagen.

### Forplejning:

Soft, vand og frugt ved mål, samt efter løbet en portion pastasalat i Holte Hal 1 indgår i startgebyret. I hal 1 er der efter løbet salg af øl, vand, kaffe, the og kage.

### Overrækkelse af medaljer:

Foretages i Holte hal 1 med forventet start kl. 15.30.

**Startgebyr og betalingsfrister:**

- 1) Til og med søndag den 18. august: Kr. 220,00  
og du får en flot ProDry T-shirt sponsoreret af Nordic Sport.
- 2) Fra mandag den 19. august til og med tirsdag den 3. september: Kr. 275,00
- 3) Fra onsdag den 4. september og til 8. september kl. 11.30: Kr. 325,00

Kr. 25,00 pr. tilmeldt skænkes til Odense Skiklubs mindefond for Peter Wulff.

**Tilmelding: Via hjemmesiden [www.kongevejsløbet.dk](http://www.kongevejsløbet.dk)**

Tilmeldingen skal indeholde oplysning om flg.:

Navn  
Fødselsår  
Klub  
Klasse (DM/FM, 1/1- eller ½-Marathon)  
Fri eller klassisk stil  
E-mail adresse  
Tlf. Nummer  
Evt. bemærkninger  
Størrelse på T-shirt (XS, S, M, L, XL, XXL)

Tilmeldinger modtages også på løbsdagen i Holte Hal 1 fra kl. 10.30 til 11.30.

**Betaling:**

Til og med tirsdag den 3. september forhåndsbetaling til:  
Holte Idrætsforening - Skiafdelingen  
Reg. nr 1551 konto 3029573  
Eller evt. alm. giro 3029573

I betalingen skal oplyses navn(e) på de løbere som betalingen dækker.

Ved tilmelding fra onsdag den 4. september betales kontant ved afhentning af startnummer på løbsdagen i Holte Hal 1.

Udenlandske deltagere betaler kontant ved afhentning af startnummer.

På gensyn, Holte Ski - Langrendsudvalget

*Jes Knudsen, Søren Chr. Sørensen, Poul Erik Holm,  
Peter Haas og Bjarne W. Rasmussen*

E-mail: [bjarne.w.rasmussen@webspeed.dk](mailto:bjarne.w.rasmussen@webspeed.dk)

Tlf. 3887 8774

**Hovedsponsor:**