

# Birkebeinerrennet 2017

Birkebeinerrennet er for dig, der har lyst til udfordringer på fjeldet - 54 km i kuperet fjeldterræn fra Rena i Østerdalen til Lillehammer i Gudbrandsdalen. Løbet afvikles i klassisk stil, og man starter i puljer efter præstation i tidligere års løb/seedningsløb, dvs. med behagelig løbsafvikling uden "flaskehalse". En specialitet for løbet er, at alle løber med en rygsæk, som skal veje mindst 3,5 kg.



**Pris pr. pers. kr. 3.900,-**

## **Inkluderet i prisen:**

- Transport t/r fra Danmark til Norge
- Overnatning på skole i Rena inden løbet
- Overnatning i hytter ved Hunderfossen (Lillehammer) efter løbet
- 2 x morgenmad (lørdag, søndag)
- 2 x aftensmad (fredag, lørdag)
- Startnummer til løbet

## **Ikke inkluderet:**

- Spisning på færgen t/r
- Frokoster
- Evt. forsikringer
- Evt. meromkostninger ved afhentning på ruten

## **Bustransport**

Opsamling lørdag den 17.02.17:

- Bus fra Banegården i Fredericia: kl. 03.00. Opsamling undervejs i Aarhus (kl. 4.15) Aalborg (kl. 5.45) og Frederikshavn (kl. 7.00)
- Mulighed for opsamling fra fx Sjælland efter aftale.

## **Program**

### **Fredag 17. marts:**

Opsamling med bus. Færge afg. Frederikshavn kl. 8.00 – ank Göteborg kl. 11.35. Ankomst Rena kl. 17.30, indkvartering i fælles sovesal på skole. Aftenen går med aftensmad, afhentning/udlevering af løbsnumre samt skismøring.

### **Lørdag 18. marts:**

Morgenmad på skolen. Afgang med shuttlebusser til startområdet – obs deltagerne har forskellige starttidspunkt afhængig af alder og evt. seedning (første start 7.30 – sidste start ca 11.00). Efter løbet er der shuttlebus fra målområdet ved Birkebeiner stadion til omklædning mv. ved Haakonhallen. Busafgang ca. kl. 18.00 (eller når sidste løber er klar) til Hunderfossen Resort, 12 km fra Lillehammer. Vi overnatning i hytter, og der er fællesspisning og aftenhygge.

### **Søndag 19. marts:**

Afgang fra Hunderfossen efter morgenmad. Færge afgang Göteborg kl. 16.00 – ankomst Frederikshavn kl. 19.30. Ankomst: Aalborg 21.00 - Aarhus 22.15 - Fredericia 23.30.

*Der tages forbehold for ændringer i programmet*

# Birkebeinerrennet 2017

For at deltage anbefales det at have opbygget en vis form. Aarhus Skiklub arrangerer fælles instruktion og træningsture pr. august 2016. Forløbet er rettet mod nybegyndere, men giver også mening for mere erfarne skiløbere!

Der er desuden også mulighed for træning i thorax skitræningsmaskine og deltagelse i skismørekursus i klubhuset på Grumstolsvej. Det er muligt at deltage for medlemmer. Årligt medlemskab kr. 500,-. Nærmere info på hjemmesiden: [www.aarhuskiklub.dk](http://www.aarhuskiklub.dk).

## Træningstur med Ruby Rejser

Tag med Ruby Rejser til Skarslia i Hallingdalen og få 4 træningsdage med Søren Qvist, der har 5 Vasaløb og 1 Birkebeinere i bagagen. Søren vil give gode råd om de to store løb og hjælpe med at få lagt nogle gode træningsdage.

- Pris/pers.: 1698,- . Eller 1298,- hvis du er med på denne tur til Birkebeinerrennet.
- Prisen dækker transport og helpension på fællesrejsemaner, hvor du selv er med til det praktiske.
- Indkvartering på delt værelse med bad/toilet – rejser I sammen får I værelse sammen.
- Enkeltværelse i begrænset omfang, tillæg kr. 500.
- Afrejse 24/1 – hjemkomst 29/1 2017.

## Afbestilling, aflysning og afbud

- Tilmeldingen er bindende, men skulle uheldet være ude vil vi være behjælpelige med at videresælge.
- Startgebyr til Birkebeinerrennet 2017 og betaling til

bus og logi tilbagebetales ikke.

- Vi anbefaler, at du tegner en rejseforsikring samt afbestillings- og aflysningsforsikring, hvis du ønsker dækning for eventuel sygdom, tilskadekomst eller aflysning af Birkebeinerrennet.
- Læs mere om vilkårene her: <http://www.birkebeiner.no/no/MainMenu/Pamelding/Melde-pa/Pameldingsvilkar/>

## Vigtig information:

- Alle, som er fyldt 18 år pr. 31.12.16 kan deltage
- Der er mulighed for 50 deltagere – pladserne sælges efter "først-til-mølle" princippet.
- For at deltage på en af turene anbefales det at have mindst 400 km ski/rulleski i benene inden løbet.
- Turen gennemføres ved mindst 35 tilmeldte.

Der afholdes desuden informationsmøde i Aarhus skiklub sidst i februar med fokus på alle de store og små praktiske spørgsmål. Datoerne oplyses senere.

## Sådan tilmelder du dig:

Tilmelding sker på mail: [gruppe@ruby-rejser.dk](mailto:gruppe@ruby-rejser.dk)

Oplys: navn, adresse, alder, køn, nationalitet, klub + medlemsnummer, telefon og e-mail + ønsket opsamlingssted.

Derudover evt. Birken-ID og seedningsgruppe (resultater fra tidligere deltagelse eller andre seedningsløb).

Senest 1. marts modtager du en mail med alle øvrige nødvendige praktiske oplysninger.

## På vegne af Ruby Rejser i samarbejde med Aarhus Skiklub og Sport Erhverv Århus

Ruby Rejser, 8615 3599 - [gruppe@ruby-rejser.dk](mailto:gruppe@ruby-rejser.dk)

Søren Qvist, 2162 5488 - [sq@lomidt.dk](mailto:sq@lomidt.dk)

Flemming Krogh, 2276 4284 - [flkr@stiften.dk](mailto:flkr@stiften.dk)

Per Sørensen, 4083 9863 - [ps@sporterhverv.dk](mailto:ps@sporterhverv.dk)

Kontakt os gerne hvis du har spørgsmål.

**Ruby Rejser**



SportErhverv 