



**ONLINE TILMELDING OG BETALING::**  
Gå først ind på Blovstrød Løvernes hjemmeside  
**[www.blovstroed-loverne.dk](http://www.blovstroed-loverne.dk)**

På forsiden øverst oppe, står der, hvor du skal trykke, for at tilmelde dig Intersport Stafetten. Når du er logget ind, skal du først registrere dig, derefter vil du blive vejledt omkring, hvordan du skal tilmelde dit hold, samt hvordan du skal betale. Vi glæder os meget til at se dig til vores populære og hyggelige stafetløb. I betalingen er inkluderet sportsbolle, frugt og drikke.

### **SUNDHED EN LIVSSTIL:**

*Få en rigtig hyggelig dag, sammen med gode venner fra firmaet, skolen eller vejen og nyd skovens flotte forårsfarver. Vær med til at heppe de forskellige deltagere i mål og nyd den fælles følelse det er, at få alle gennem løbet. Husk tæppe så I sammen kan sidde og nyde den velsmurte sportsbolle og den sunde frugt.*

**Blovstrød Løverne** blev stiftet i 1980 og har 1047 medlemmer. Klubben har 11 store løbehold med 2 trænere på hvert hold. Holdene er opdelt efter hvor hurtigt man løber. Desuden har klubben talent/børnehold og et elitehold, der hører blandt Danmarks bedste. Vi har også 5 hold med Power og Nordic Walking. I år startede klubben igen et nyt begynderhold og der kom imponerende 175 løbere, der bliver styret af 14 kompetente trænere. Hvis du har lyst, så mød op mandag/torsdag 17.30 og lørdag kl. 10.00 på Skovvang Stadion, vi har fortrydelsesgaranti..



**ARRANGØR: BLOVSTRØD LØVERNE**  
**[www.blovstroed-loverne.dk](http://www.blovstroed-loverne.dk)**  
**Oplysninger: 5178 5564**



**Intersport firmastafet 2010**  
**ONSDAG 26 MAJ KL. 18.30 SKOVVANG ST ADION**  
**Firmahold/skolehold/klubhold/vejhold/ familiehold**



**3 x 5 km stafetløb voksne**  
**3 x 2 km stafet power walk**  
**3 x 2 km stafetløb børn**

### **VOKSENHOLD LØBESTAFET 3 X 5 KM**

**LØBEHOLD KAN TILMEDES I NEDENSTÅENDE RÆKKER:**

- \* Herrehold 3 mænd
- \* Damehold: 3 kvinder
- \* Mix hold: min. 1 kvinde.

### **POWER WALK STAFET 3 X 2 KM**

**Kun 1 klasse må gerne blande damer og herrer**

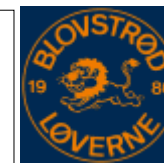
### **BØRNEHOLD 3 RÆKKER**

- Børnerække 1:** 0-1 klasse må gerne blande drenge og piger
- Børnerække 2:** 2-3 klasse må gerne blande drenge og piger
- Børnerække 3:** 4-5 klasse må gerne blande drenge og piger

**Voksen hold: Gebyr 225 kr. pr. hold inkl. sandwich, frugt + drikke**  
**Børnehold: Gebyr 90 kr. pr. hold inkl. sandwich, frugt + drikke**



**ARRANGØR: BLOVSTRØD LØVERNE**  
**[www.blovstroed-loverne.dk](http://www.blovstroed-loverne.dk)**  
**Oplysninger: 5178 5564**





### Ruten:

Intersport stafetten løbes på en meget varieret skovrute i det smukke Tokkekøb Hegn.. Vi starter med at løbe på stadion, derefter løber vi 1 km på asfalt og derefter er resten på grusstier i skoven dog med mål på stadion.

### Start - mål - omklædning Skovvang Stadion:

Start / mål skifteområde og omklædning foregår på Skovvang Stadion, der ligger på Poppelvej ca. 800 m fra Allerød Station. Parkeringsplads forefindes lige ved stadion.

Ruten er meget tilskuervenlig, så heppere kan i tilfælde af regnvejir dirigere tropperne fra cafeteriet.

### Starttid og nummerudlevering:

**Børne Start + walking: Kl. 18.33 - Voksen Start: Kl. 18.30**

Start nr. vil ligge klar til afhentning mellem kl. 17.00 og 18.00.

Numrene er pakket til hvert hold og skal afhentes af holdlederen **senest kl. 18.00.**

**Holdresultaterne vil blive vist på [www.blovstrod-loverne.dk](http://www.blovstrod-loverne.dk) senest dagen efter løbet**

### FIRMA EVENT:

Stafetten kan meget anbefales som en firma aktivitet, hvor medarbejdernes fysiske form kan testes samtidig med det sociale samvær udbygges i hyggelige rammer. Efter løbet kan man nyde sandwich, frugt og læskedrik.

**NB: Det er ikke tilladt og have egne drikkevarer med i cafeteriet!**

**Se alle resultaterne på [www.blovstrod-loverne.dk](http://www.blovstrod-loverne.dk) senest dagen efter.**

### SPONSORER:

INTERSPORT, NIKE, DANSKE BANK OG KVICKLY



**VOKSENSTAFET 3 X 5 KM** man kan tilmelde holdet i 3 grupper:

Herrehold: Består af 3 mænd

Mixhold: Består af minimum 1 dame

Damehold: Består af 3 damer

### POWER WALK RÆKKE 3 x 2 km:

Her stiller man kun op i en række, man må gerne mixe mænd/damer. Hver person power walker (må ikke løbe) de ca. 2 km

**BØRNERÆKKE 3 x 2 km:** Børnehold deles i 3 grupper

**Børnerække 1:** 0-1 klasse må gerne blande drenge og piger

**Børnerække 2:** 2-3 klasse må gerne blande drenge og piger

**Børnerække 3:** 4-5 klasse må gerne blande drenge og piger

Medaljer til de 3 første hold i hver gruppe + ekstra præmier fra NIKE til vinder holdet i hver gruppe.

### Præstationspræmier:

Der er medaljer til de 3 første løbehold i dame, mix og herrerækken.

Medaljer til de 3 første børnehold i de 3 grupper.

Der er medaljer til de 3 første power walk hold.

NB: Der er ingen individuelle præstationspræmier, det er kun holdet der tæller.

*Der udloddes endvidere et gavekort på 200 kr. til det firma, skole, klub eller vejhold, der stiller med flest deltagere.*

**NB: Blovstrød Løverne tæller ikke med i konkurrencen om flest deltagere!**

### Lodtrækning:

Da det først og fremmest er et **motionsløb**, vil de største præmier være lodtrækningspræmier fra NIKE og Danske Bank. Der vil under løbet blive udført en computerstyret udtrækning af lodtrækningspræmier.

Gå over i teltet når du er kommet i mål og se, om du skulle være den heldige vinder af de flotte lodtrækningspræmier fra vores sponsorer:

