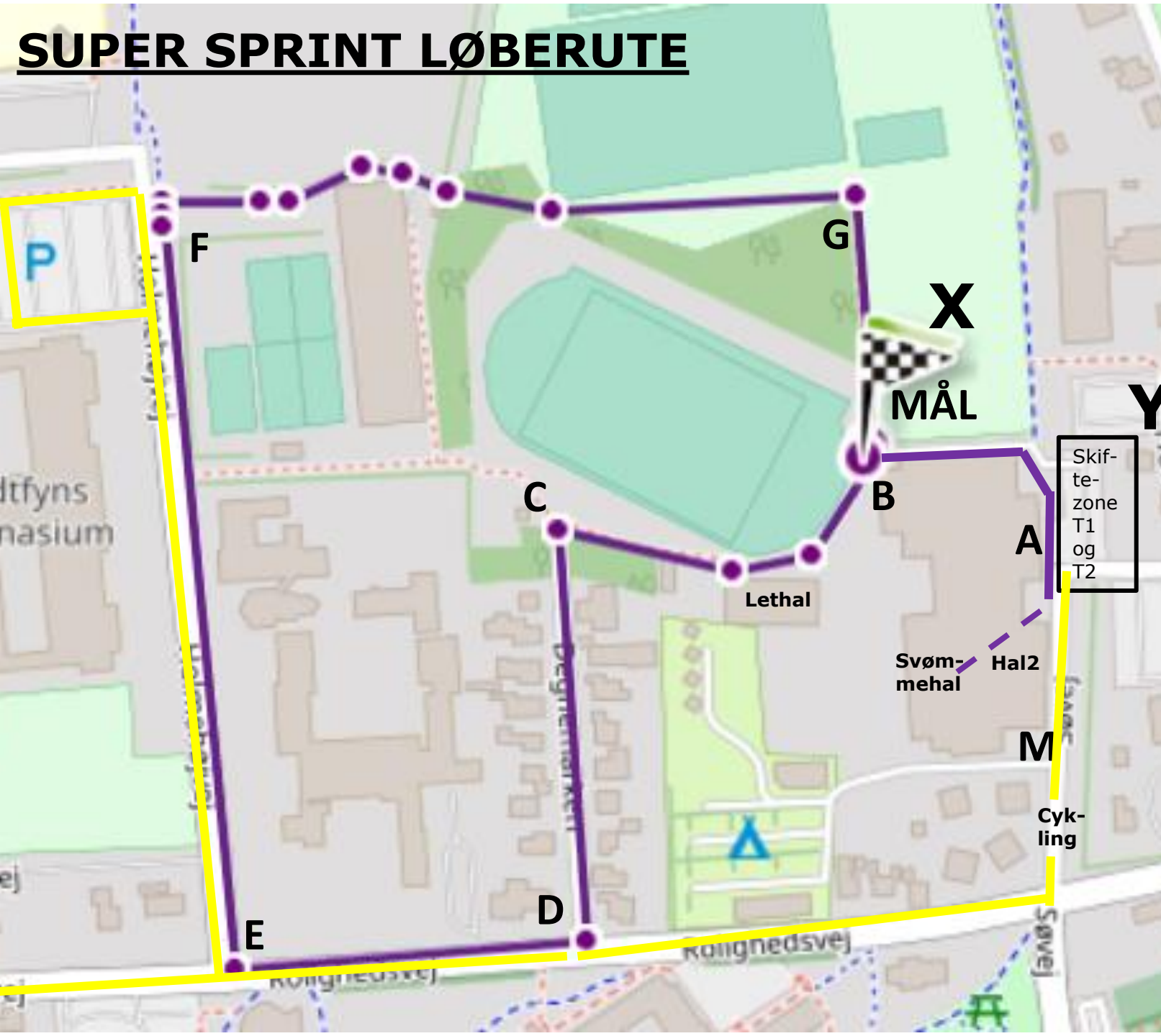


SUPER SPRINT LØBERUTE



Ringe 8.maj 2021

Der løbes med uret.

A: Slut på skiftezone / start på løb

B: Her starter 2 rundture. Hver rundtur er 1.240 meter

Samlet løberute: Ca. 2.550 meter

Fra A til B: Asfalt

Fra B til C: Bred hård grusvej

Fra C til D: Asfalteret vej

Fra D til E til F: Fortov med fliser

Fra F til G: Bred sti og græs

Fra G til MÅL: Bred hård grusvej

M: Mødested før adgang til omklædning og bad.

X: Værested udendørs for aspiranter (zoneopdelt)

Hal2: Værested indendørs for aspiranter (zoneopdelt)

Y: Værested ude og inde for eliten på Guldhøj. Også P-plads til en del elite.