

Røde kro Cykle Club

Løbstræning på Mountainbike (MTB)

Søndag d. 12. dec. kl. 10:00

Parkering og udlevering af start nr. ved P-plads på Enemarksvej Åbenrå. [Se kort.](#)

Fælles opvarmning og introduktion af ruten

Rute i Søst skov, rundstrækning på 2,5 km, ca. 75 bakke meter. "teknisk let" Se rute på kort [her!](#) og rutebeskrivelse på video [her](#)

Distance: Under 15 år 3 omgange – øvrige 5 omgange.

Tidtagning med foto og videoptagelse. Resultater offentliggøres på www.RKCC.dk

Tilmelding senest d. 8. dec. på vedhæftet regneark (for- og efternavn, fødselsår, klub navn og mobilnr.) sendes til Henning.Thomsen@agrsci.dk eller **tilmelding** via SMS til 40614899 med (for- og efternavn, fødselsår, klub navn.)

Efter løbet vil der være mulighed for at træne sammen med de "lokale" kendte MTB- ryttere – denne træning vil foregår på mere teknisk krævende ruter ☺

Ved islag og meget sne vil løbet blive aflyst se www.RKCC.dk .

OPLYSNING OM DETTE LØB FÅS VED HERVENDELSE TIL Henning.Thomsen@agrsci.dk eller 40614899

Alle er velkommen – det er gratis! - HUSK tilmelding!

