

## Klubtur til Bremen og Werdersee-løbet 2024

Hvornår: Lørdag den 16.3 – Mandag den 18.3.2024

### Program

Lørdag den 16.3.	06.30	Afgang fra Atlética Klubhus* Morgenmad og kaffe undervejs
	11.30	Forventet ankomst på hotellet
	12:30	Indkøb og Sightseeing
	(15.30	Nummerudlevering)
	19.00	Fællesspisning på Die Mühle am Wall
Søndag den 17.3		Løbet afholdes
	19.00	Fællesspisning på Bremer Ratskeller
Mandag den 18.3	11:00	Afgang Bremen
	16:00	Forventet ankomst Horsens

### Hotel

ACHAT Hotel Bremen City  
Birkenstraße 15, DE- 28195 Bremen Innenstadt

### Distancer til løbet

- 50 km Ultramarathon
- Marathon
- Marathon 2er stafet
- Marathon 5er Stafet
- 33,333 km Løb
- 25 km Løb
- 25 km Walk & Nordic Walk
- 10 km Løb
- 10 km Walk & Nordic Walk
- 5 km Løb
- 5 km Walk & Nordic Walk
- Hepper – ingen deltagelse i løbet

### Pris per person for overnatning incl. Morgenmad og løbsgebyr og Bus!

**DKK 1.250,- i dobbeltværelse + Sightseeing**

**DKK 1.650,- i enkeltværelse + Sightseeing**

**Tilmelding og betaling:** Via hjemmesiden senest 15.11.2023.  
(1. betaling 550,- ved tilmelding, 2. betaling senest 1.2.2024)

Turarrangører: Aliice & Helle

Mobil: 28569712 & 30351955



## Nummerudlevering

Paulaner´s im Wehrschloss, Hastedter Osterdeich 230, 28207 Bremen

## Løbsinfo

### 50 km Ultramarathon

- Distance: 50,00km (Runde på 8,33km som gennemføres 6 gange)
- Præmie til 1.-3. plads for mænd og kvinder
- Løbsstart / sluttid: 08:45 – 16:15

### Marathon

- Distance: 42,195km (Runde på 8,33km som gennemføres 5 gange; i første runde efter ca. 1 km en enkelt vendpunktstrækning på 530 m)
- Præmie til 1.-3. plads for mænd og kvinder
- Løbsstart / sluttid: 09:00 – 15:50

### Marathon 2er Stafet

- Distance: 42,195km (Runde på 8,33km som gennemføres 5 gange; i første runde efter ca. 1 km en enkelt vendpunktstrækning på 530 m)
- To deltagere deler de 5 runder. Der skal altid løbes en hel runde og begge skal mindst løbe 2 runder
- Stafetten er et "startnummerbånd"
- Præmie til hurtigste stafet for mænd, kvinder og mixed. Er der ikke flere end 3 hold per køn vil disse indgå som mixed og kun én vinder kåres.
- Løbsstart / sluttid: 09:00 - 15:50 Uhr

### Marathon 5er Stafet

- Distance: 42,195km (Runde på 8,33km som gennemføres 5 gange; i første runde efter ca. 1 km en enkelt vendpunktstrækning på 530 m)
- Fem deltagere som deler de 5 runder. Der skal altid løbes en hel runde
- Stafetten er et "startnummerbånd"
- Præmie til hurtigste stafet for mænd, kvinder og mixed. Er der ikke flere end 3 hold per køn vil disse indgå som mixed og kun én vinder kåres.
- Løbsstart / sluttid: 09:00 - 15:30

## 33,333 km Løb

- Distance: 33,333km (Runde på 8,33km som gennemføres 4 gange)
- Præmie til 1.-3. plads for mænd og kvinder
- Løbsstart / sluttid: 10:00 - 15:00

## 25 km Løb

- Distance: 25 (Runde på 8,33km som gennemføres 3 gange)
- Præmie til 1.-3. plads for mænd og kvinder
- Løbsstart / sluttid: 10:15 - 14:00 Uhr

## 25 km Walk & Nordic Walker

- Distance: 25 (Runde på 8,33km som gennemføres 3 gange)
- Der er ingen prisoverrækkelse, men tidstagning uden aldersgruppe
- Nordic Walker starter bag walkerne
- Løbsstart / sluttid: 10:20 - 14:00

## 10 km løb

- Distance: 10 km (1 runde)
- Præmie til 1.-3. plads for mænd og kvinder
- Løbsstart / sluttid: 13:45 - 15:45

## 10 km Walk & Nordic Walk

- Distance: 10 km (1 runde)
- Der er ingen prisoverrækkelse, men tidstagning uden aldersgruppe
- Nordic Walker starter bag walkerne
- Løbsstart / sluttid: 13:25 - 15:45

## 5 km Løb

- Distance: 5 km (1 runde)
- Præmie til 1.-3. plads for mænd og kvinder
- Løbsstart / sluttid: 13:30 - 15:45

## 5KM Walk & Nordic Walk

- Distance: 5 km (1 runde)
- Der er ingen prisoverrækkelse, men tidstagning uden aldersgruppe
- Nordic Walker starter bag walkerne
- Løbsstart / sluttid: 13:25 - 15:45

Alle distancer er DLV opmålt.

## Fra Stadsmusikanterne til Schnoor kvarteret



## Sightseeing som byvandring

Stadsmusikanterne, Schlachte og Schnoor kvarteret – dertil markedspladsen og Böttcherstraße får vi samlet vist alle væsentlige seværdigheder i Bremen.

Bremen er den by med de korte afstande, og sådan vil vi med få skridt kunne se de verdensberømte Bremen Stadsmusikanter, verdens kulturarvs rådhuset og Roland. Fra den måske smukkeste markedsplads i Tyskland til Böttcherstraße og fra den fristende Weser promenade Schlachte til det fortryllende kvarter Brücken i Schnoor, som er et fortryllende kvarter. Det ligger op til den østlige grænse af Bremens gamle bymure og Weser-floden. Byens ældste kvarter er en skøn blanding af huse fra det 15. og 16. århundrede, som ligger tæt i de snoede gader.

Vi får alt at se, som vi bør se i Bremen, og vi finder ud af alt, hvad der er værd at vide om Bremen: Hvorfor står stadsmusikanterne i hjørnet, hvorfor spytter folk bag katedralen og hvorfor har befolkningen i Bremen verdens største samling af tysk vin?

Ja jeg ved ikke med jer – men det vil jeg gerne have svar på.

Det starter lørdag kl. 14.00 og varighed ca. 90 minutter.

Det koster DKK 75,- per person.

Og betales sammen med 2. betaling.

Turen er med guide og vil være på engelsk.

GASTRONOMIE & EVENT  
**BREMER RATSKELLER**

— TRADITION SEIT 1405 —



Hovedret – vælg en af nedenstående	Pris Euro
Nr.135 Saftiger Schweinebraten mit Bratensauce, geschmortem Spitzkohl und Kartoffelstampf Juicy roast pork with roast sauce, braised pointed cabbage and mashed potatoes	15,70
Nr.136 Backfisch mit Kartoffelsalat, Remouladensauce und Möhren-Apfelsalat Fried fish with north german potato salad, remoulade sauce and carrot apple salad	16,90
Nr.138 Großer Salatteller mit gebratener Putenbrust, Kräuterdressing und einem Roggenbrötchen Big mixed salad with breast of chicken, herb dressing and a rye roll	15,70

Forret	Pris Euro
Nr.133 Tomatencremesuppe mit Kräuter-Schmand Cream soup of tomatoes with sour cream	7,60
Dessert	Pris Euro
Nr.142 Tagesdessert Daily Dessert	4,70

<b>3 – retters menu i alt (excl. Drikkevarer)</b>	<b>28,00 - 29,20</b>
---------------------------------------------------	----------------------

**Søndag den 17.3. kl. 19.00 har vi bestilt bord på Bremer Ratskeller.**

Alt forplejning undtagen morgenmad er IKKE inkluderet og betales på stedet, men vi skal hver især vælge menu, og det gør I ved 2. betaling:

I skal vælge om I vil have forret og/eller dessert samt hvilken hovedret I ønsker:

nr. 135) flæsketeg, nr. 136) fisk, nr. 138) salat med kalkunbryst