



Atletica cup 25/26

Efter flere års pause, prøver vi at lave en ny udgave af “Atletica Cup”.
Konceptet er 4 lørdage fra november til juni:

Runde	Dato	Kl. / mødested	Beskrivelse
1.	22. november	9.00 fra klubben	Duathlon løb-Walk-skydning (lige som skiskydning)
2.	Dato følger	Følger	Orienteringsløb-Walk (par løb-Walk) (O-klubben i Bygholm skov)
3.	Dato følger	Følger	5-kamp løb og walk Hellebjerg april/maj
4.	Dato følger	10.00 fra klubben	Bygholm sø rundt. Løb-Walk

For at alle kan konkurrere på lige vilkår har udarbejdet nogle regler om “handicap” for at udligne forskellen på løbe-Walktempo.

På denne måde burde alle være ens stillet, uagtet om du løber på målrettet træning, motion eller walker.

Selve ideen er at vi får nogle sjove timer samme, hvor vi også kommer lidt ud af vores “comfort zoner” og bliver udfordret i andre sportsgrene, der kan kombineres med løb og Walk:

1. Vi deles i aldersbestemte grupper
2. Vi deles i løb og walk

Alle arrangementer rundes fælles af med lidt mad og en øl/vand eller kaffe/kage. Vi håber at i vil støtte op om Cup'en og være med til at lave nogle gode dage, sammen med klubkammerater fra Atletica.

Der vil komme nærmere info om de enkelte arrangementer der vedrører mødetider og andet nyttigt info.

TILMELDING SENEST 8. NOVEMBER 2025

..... ved at skrive dig på listen – den hænger på opslagstavlen i klubben!

“Arrangement startes kun op, hvis der bliver min 30 deltager”