# **Forårets største nyhed: Bin2Bil Holbækløbene**

Søndag den 4. marts og søndag den 8. april lægger Holbæk asfalt og grusstier til noget helt nyt: Bin2Bil Holbækløbene. Det er to løb, der er lavet i samarbejde mellem #HolRun, Holbæk Løbe- og Motionsklub, Sparta og Telenor Copenhagen Marathon. Du kan tilmelde dig begge løb samlet eller bare et enkelt, og der er et bredt udvalg af forskellige distancer. Læs meget mere herunder.

## **Løbsinformation**

### **Løbene**

Vi løber på en rundstrækning. Den 4. marts er den på 5 km, og du kan vælge at løbe 5 eller 10 km.

Den 8. april er rundstrækningen på 7 km, så du kan vælge at løbe et halvmaraton – eller tage 7 eller 14 km.

Begge løb har start og mål på Filmtorvet i Holbæk, og ruterne består af både asfalt og grusstier. Vi løber langs fjorden og i villaområderne i Østbyen.

Der vil til begge løb være fartholdere, der løber i tempo 5:00 – 5:30 – 6:00 og 6:30.

### **Starttider:**

Der er mulighed for følgende distancer: Bemærk to løbsdage.

### **Søndag den 4. marts**

|  |  |
| --- | --- |
| **Distancer** | **Start tider** |
| 5 km | kl. 9.30 |
| 10 km. | kl. 9.30 |

### **Søndag den 8. april**

|  |  |
| --- | --- |
| **Distancer** | **Start tider** |
| 7 km. | kl. 9.30 |
| 14 km. | kl. 9.30 |
| 21,1 km | Kl. 9.30 |

### **Klasser**

Der løbes i disse aldersklasser:

0-13, 14-16, 17-19, 20-29, 30-34, 35-39, 40-44, 45-49, 50-59, 60-69, 70-99 år.

### **Ruterne**

Start og mål er ved Kulturbiografen, Filmtorvet 1, 4300 Holbæk.

Den 4. marts løber vi på en 5 km-rute. Ruten løbes to gange for dem, der vil løbe 10 km.

Den 8. april er ruten på 7 km., som halvmaratonløberne får fornøjelsen af tre gange.

Er du ikke til de lange distancer, er der også mulighed for at tilmelde dig på 5 km (den. 4. marts) eller på 7 eller 14 km den 8. april.

### **Forplejning**

På 10 km er der væskedepot ved 5 km.

På halvmaraton er der væskedepot ved 3,5 km – 7 km – 10,5 km – 14 km – 17,5 km.

Efter løbet kan du se frem til frugt, energidrikke og andre dejligheder i målområdet.

### **Omklædning & Bad**

Der er ikke mulighed for bad og omklædning, så kom omklædt.

Det er muligt at få sin taske opbevaret på eget ansvar.

### **Deltagerliste**

Se deltagerlisten på hjemmesiden.

**Resultater**Kommer på vores hjemmeside lige efter løbets afslutning.

### **Tilmelding/ Tidstagning**

Det er Ultimate Sport som står for tidstagningen.

Tilmeldingen sker via Holbæk Løbe- og Motionsklubs hjemmeside samt hos Ultimate Sport.

Loft på 500 deltager pr. løb – Der er 300 start numre til den samlet tilmelding – 200 til enkel tilmelding til hver løb.

### **Onlinetilmelding**

Der vil være forskellige priser for de enkelte løb. Se mere herunder.

Det er muligt at tilmelde sig begge løb på en gang.

### **Pris**

|  |  |
| --- | --- |
| **Distance** | **Pris:** |
| Samlet begge løb | 200 kr. |
| 5 km | 100 kr. |
| 10 km. | 100 kr. |
| 7 km. | 100 kr. |
| 14 km. | 120 kr. |
| Halvmarathon | 140 kr. |

Eftertilmelding på løbsdagen +50 kr.

Det er muligt at eftertilmelde sig på de to løbsdage fra kl. 8.00. Tilmelding forgår i vores sekretariat.

### **Sidste online tilmelding er**

10 km. løbet d 4 marts – Er sidste online tilmelding d 26 februar

Halvmarathon d 8 april – Er sidste online tilmelding 2 april.

### **Udlevering af startnumre**

Udlevering af startnumre med chip foregår i vores sekretariat fra kl. 8.00 på de to løbsdage.

### **Præmier**

10 km: Præmie til nr. 1-2-3 herre og dame. Og til nr. 1 på 5 km herre og dame.

Halvmarathon: Præmie til nr. 1-2-3 herre og dame. Og til nr. 1 på henholdsvis 7 og 14 km. herre og dame.

Ved begge løb er der lodtrækningspræmier – blandt andet bliver der trukket lod om en gratis bil en måned – fra Bin2Bil Holbæk.

## **Kontakt os**

Yderligere information om løbet kan fås på mail [info@holbaek-lmk.dk](mailto:info@holbaek-lmk.dk)