

Kære Deltager

Så er det tid til SOUL TRAIL NORTH!!

Sommeren står på halv og vi er klar til at skyde Trail sæsonen i gang sammen med JER! Og hvilken bedre måde at gøre det på end i Hellebæk med start og mål ved fantastiske Øresund. Det er andet år at vi sammen med Skovløberne arrangerer SOUL TRAIL North og vi glæder os til at byde nye og gamle kendinge velkommen. Ruterne til SOUL KIDS på godt 3 km er både udfordrende, sjov og varieret.

Det samme gør sig gældende for de af Jer der skal ud på enten 7 km, 14 km eller den halve maraton distance, på Trail vel at mærke. Primært singletrail, op og ned gennem varieret skov og med ca. 80 højdemeter, pr. omgang. Det bliver fedt at løbe i noget af det bedste terræn området kan tilbyde.

Løbet er stadig "grønt", idet der fortsat ikke er plastikkopper til rådighed. Alle skal medbringe egen foldekop eller lignende. Det er muligt at købe en foldekop på dagen til 25,- via mobile pay så længe lager haves.

Her er alt info du ellers har brug for på dagen:

Parkering: Parkering foregår på p-pladsen Nordre strandvej 87, 3150 Hellebæk, hvor man vil blive anvist parkering. Følg p-vagternes anvisning. Al parkering sker på eget ansvar og I bedes følge gældende p-regler.

Toilet: Der er opstillede mobile toiletter ved parkeringspladsen.

Afhentning af startnummer: Ved start og mål området fra. Kl. 9.00. **Kom i god tid** og tjek dit startnummer her: <https://app.lap.io/event/2019-soul-trail-north/starters?lang=da>

Starttider: 10.15 SOUL KIDS - 10.17 alle andre distancer.

Rutekort, vejvisere og skiltning: Der vil på første runde være lead bike det meste af ruten. Hele ruten er markeret med wire flag i højre side. Se ruten her: https://www.facebook.com/events/615404345582618/?active_tab=discussion

Startnummer sættes på maven.

Forplejning: Vanddunke til tapning af vand er opsat i start og målområdet. Husk kop! Der er frugt når man er kommet i mål.

Hjertestarter: Til stede i start/mål område. Deltagelse på eget ansvar.

Bagageopbevaring: På eget ansvar i startområdet.

Lodtrækningspræmier: Der er lodtrækningspræmier fra Rosendahl Group, m.fl.

Vi ses til endnu et fantastisk SOUL TRAIL der igen skydes i gang til vores helt eget SOUL TRAIL ANTHEM-glæd Jer!

DGI Nordsjælland LØB//Skovløberne

Med venlig hilsen/Kind regards

Troels Frederiksen

Idrætskonsulent

DGI Nordsjælland | Frederiksværksgade 16 | 3400 Hillerød

Direkte 79 40 47 22 | Mobil 29 72 83 42 Troels.Frederiksen@dgi.dk | www.dgi.dk/loeb