

RUN | BIKE | HIKE i Dyrehaven

Søndag den 15. oktober 2017

Børnenes efterårsferie starter med Dyrehaveløbet, det traditionsrige løb der byder på naturoplevelser i det smukke område ved Nørreskovgård, Dyrehaven og ned til Dammen.

Som sidste år, har du igen både en mulighed for at prøve at vandre med Fodslaw, på en kort og en lang tur, samt at få en oplevelse på MTB, hvor HS6100 og HMIF MTB i fællesskab tilbyder 3 forskellige ruter.



Program for Dyrehaveløbet 15. oktober 2017

Kl. 11:10: Nørreskovgård

Stævnepladsen åbner

Startnumre udleveres

Kl. 12:00:

Løb: 17 km løbet skydes i gang

Kl. 12:30

MTB: Turen starter for alle 3 grupper.

Husk turen køres i 3 forskellige hastigheder,

Kl. 12:31

Vandring: Alle deltagere og efter lidt instruktion er der afgang.

Kl. 12:45:

Fælles opvarmning til musik inden løbet

Kl. 13:00:

Løb: 8 km & 2 km løbet skydes i gang.

Kl. 13:30

De første deltagere ventes i mål der er forplejning i mål området

Kl. 14:30

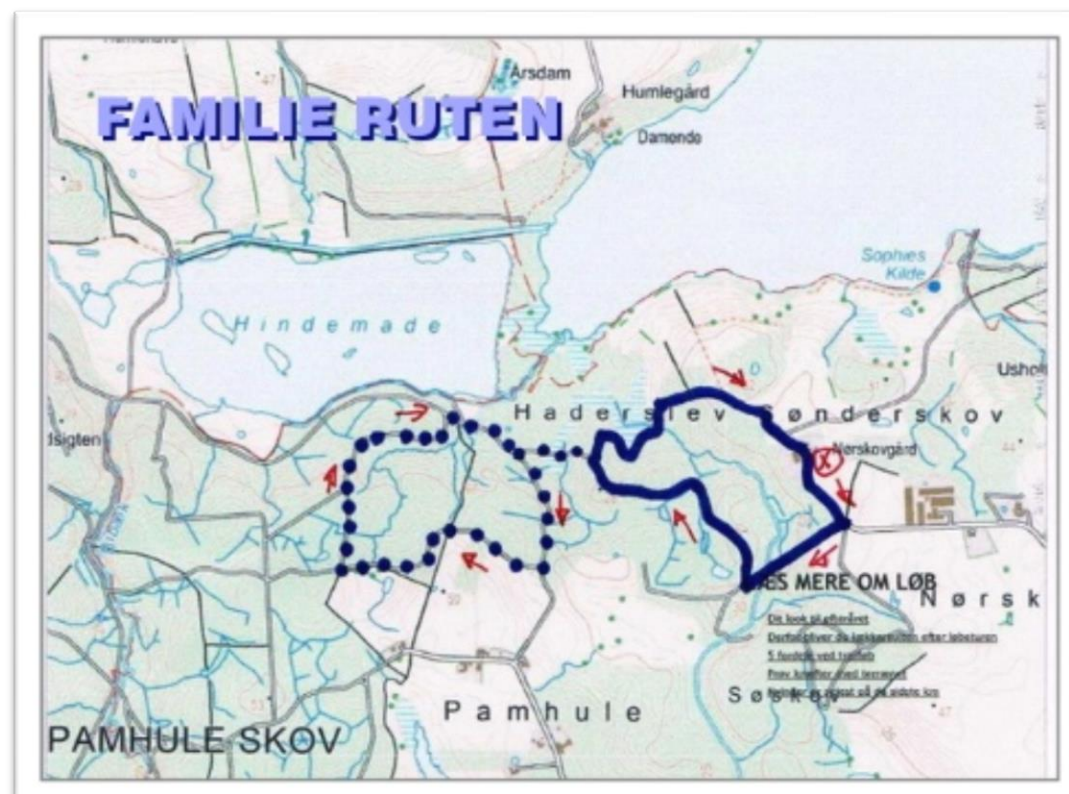
Alle deltagere er kommet i mål, der hygges og snakkes om dagens oplevelser.

Der er forplejning i mål området

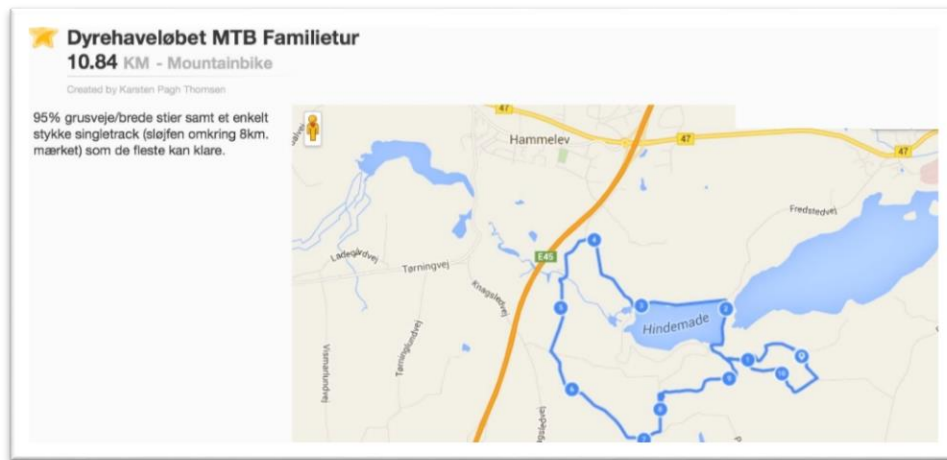


Vandring med Fodslaw

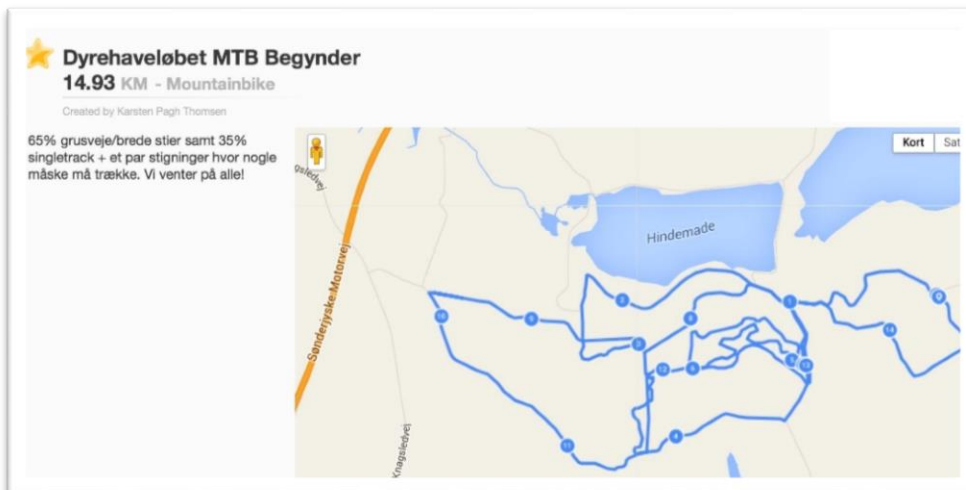
Turen starter fra stævnepladsen ved Nørreskovgård, Dammen og Dyrehaven / Pamhuleskov er området turen forgår i. Se og oplev turen sammen i en gruppe med en erfaren turleder.



Mountain Bike MTB sammen med HS6100 og HMIF MTB



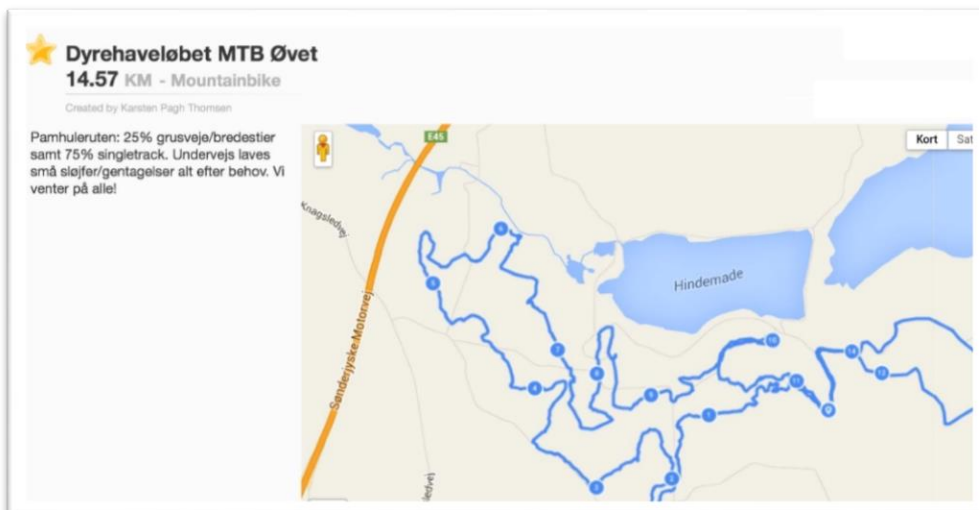
Turen er delt i 3 forskellige ruter, så både den helt nye MTB'er kan deltage og der samtidig er god udfordring for den lidt mere øvede MTB'er.



Rute 1:
Hyggelig familie tempo

Rute 2:
Begynder MTB

Rute 3:
Øvet MTB



Løb sammen med HSUF Hammelev og HTRI2000

Der er mulighed for at prøve sig af på de 2 klassiske distancer 2 km og 8 km, samtidig er der også mulighed for at prøve den lang distance på 17 km.

Naturstyrelsen står for opvarmningen, ikke kun med god musik, men også med sjove bevægelser.



Der er mulighed for at vælge mellem 3 forskellige ruter.

1. **Børne og familie ruten på 2,2 km.**
2. **En rute på 8,5 km gennem den kuperede Pamhule Skov.**
3. **Den nye lange rute på 17 km. (2 omgang på 8,5 km. ruten).**



Se hele programmet på originalsport.org eller www.facebook.com/dyrehaveloebet

Arrangørerne af løbet, Naturstyrelsen Sønderjylland i samarbejde med FODSLAW, HMIF MTB, HSUF Hammelev, HS6100 og Haderslev TRI2000 som inviterer til Dyrehaveløb, den første Søndag i uge 42. Hele familien kan deltage og sammen tilbringe den første weekend i efterårsferien med natur, sport, mtb, vandring og løb i Dyrehaven