



Nakskov Cykle Club

Arne Larsen, Trælholmvej 15, 4900 Nakskov, tlf.40616785, e-mail: [formand@nakskov-cc.dk](mailto:formand@nakskov-cc.dk)

## Lokalt trænings-etape-løb på Vestlolland med 3 etaper i juli 2020

### 28/7 kl. 18.00: 1. etape: 72 km Vestenskov

Start og mål: Skovbyvej, Vestenskov. Parkering ved Vestenskov gl. skole.

**Herre 1:** 8 runder á 9 km, **Herre 2:** 6 runder á 9 km, **Damer:** 5 runder á 9 km.

<https://connect.garmin.com/modern/course/29704939>

### 29/7 kl. 18.00: 2. etape: 22 km enkeltstart

Start og mål: Skandsen Nakskov

<https://connect.garmin.com/modern/course/29710073>

### 30/7 kl. 18.00: 3. etape: 74,4 km (rute fra Klubmesterskab i Ravnsby Bakker)

Start og mål på Kragenæsvej

12 runder á 6,2 km

**Herre 1:** 12 runder á 6,2 km, **Herre 2:** 9 runder á 6,2 km, **Damer:** 5 runder á 6,2 km.

<https://connect.garmin.com/modern/course/29710258>

Løbet er åbent for alle medlemmer af NCC, LFCK, Ventilen og Vestlolland Triathlonklub - uanset niveau.

Da der køres omgange, er det altid muligt at stå af før tid, hvis man ikke ønsker at gennemføre den fulde distance.

Man kan sagtens nøjes med at deltage i enkelte etaper, men prisen er den samme kr. 40,00

Der vil blive sat skilte op på alle etaper - dog vil der ikke være folk til at tilbageholde trafikken, idet det skal opfattes som en træningstur. Hjælp derfor hinanden med god kommunikation og tag generelt ekstra hensyn til trafikken.

Samlet stilling udarbejdes efter følgende prioritering:

1: antal gennemførte løb

2: samlet tid

Kom i god tid (senest en halv time før) - Der køres med forgaffel-chip som udleveres til hver etape og afleveres igen efterfølgende.

**OBS: Det er kun muligt at tilmelde sig online! Tilmeldingen lukker 27/7 kl. 23:00.**