



Diplomkørsel til DANMARKSDIPLOM

30 km. motions-enkeltstart



DATO: **tirsdag den 7. august 2018**
TILMELDING: på dagen kl. 17 – 17.45
FØRSTE START: kl. 18
STARTRÆKKEFØLGE: efter tilmelding
START og MÅL: på Nakskovvej i Vester Karleby nord for Nakskov
DELTAGELSE: gratis
OMKLÆDNING OG BAD: der kan ikke tilbydes bade- og omklædningsfaciliteter
RUTE: ruten er en ud- hjemrute på Nakskovvej og Bandholmvej med start og mål i *Vester Karleby -- og vendepunkt i Birket.
***gps:** Mejerivej 12
4900 Nakskov

TRISTYR OG STYRBØJLE ER TILLADT, DA DET ER ENKELTSTART!

HUSK HJELM – UDEN DEN INGEN START!

Diplomkørsel til **DANMARKSDIPLOM** er en motions-enkeltstart, hvor man kan køre til guld-, sølv- eller bronzediplom. Se tidsskemaet.

Husk 25 meter reglen! Kom i god tid, så du kan nå at varme godt op!

Yderligere oplysninger: Nakskov CC – Anny Hansen - Tornskadevej 241
4900 Nakskov – tlf. 24 60 33 35 – e-mail: anny.hansen@youmail.dk

		DAMER			HERRER		
klasse	alder	guld	sølv	bronze	guld	sølv	bronze
junior 1	15 - 16 år	57	62	67	52	57	62
junior 2	17 - 18 år	56	61	66	51	56	61
klasse 1	19 - 34 år	55	61	65	50	55	60
klasse 2	35 - 42 år	56	61	66	51	56	61
klasse 3	43 - 49 år	57	62	67	52	57	62
klasse 4	50 - 55 år	58	63	68	53	58	63
klasse 5	56 - 60 år	59	64	69	54	59	64
klasse 6	61 - 65 år	60	65	70	55	60	65
klasse 7	66 - 69 år	65	70	75	60	65	70
klasse 8	fra 70 år	70	75	80	65	70	75

Diplomtider til DANMARKSDIPLOM
30 km. ENKELTSTART