

# Ganløse Ski-Klub

indbyder hermed medlemmer af skiklubber og klubløse til deltagelse i

## ***GSK-STAFET (Is-lagkage-stafetten)***

**Tirsdag, den 4. juni 2024**

**Mødetid: kl. 18.30**

**Start: kl. 19.00**

**Mødested:** Slangstrup Vest (start v. Frederiksborgvej 1, Slangstrup). Drej til højre i lyskrydset mod Hillerød, (når man kommer ad Hørup Skovvej fra Slangstrup) - i rundkørslen - **tag 3. vej**, - en lille sidevej mærket med **blå GSK-flag**.

**GPS:** Søg efter Hørup Juletræer.

Stafetten afvikles på cykelstier med god asfalt - med tydelige markeringer for vejvalg og vendepunkter.

### **RUTER:**

Hvert hold gennemfører **5 ture** - fordelt således – ca. angivelser:

1. tur	4.4 km	4. tur	4.4 km
2. tur	7.6 km	5. tur	7.6 km.
3. tur	6.2 km		

Et hold kan bestå af **2 - 5 løbere**, hvor man skiftes til at løbe de forskellige ture. Alle hold kan i øvrigt sammensættes på tværs af alder, køn og klub – klubvis tilmelding (evt. pr. hold). Løbere uden klubtilhørsforhold er dog også velkomne - tilmeld dig blot sammen med en rulleski-ven.

**N.B.** – Der løbes i **fri teknik**, dvs. klassisk eller skøjt og på eget ansvar.

**HJELM SKAL** anvendes – beskyttende **BRILLER** anbefales.

**RULLESKØJTER** kan anvendes i stedet for **RULLESKI**.

**Startafgift: Kr. 150,00 pr. hold**

Betaling til konto nr. 1551 – 717 9715 (Ganløse Ski-Klub)

- eller MobilePay til 23 61 45 13 (Minna Riis).

**N.B. Holte Ski & Københavns Skiklub** betaler gebyr for medlemmer.

**Præmier:** Samtlige hold + officials præmieres med **IS-LAGKAGER !!!**

**Stævneleder:** Minna Riis

**Tilmelding:** Sidste frist for HOLTE tilmelding: **Søndag den 2. juni, kl. 12.00**

**Til: Bjarne.w.rasmussen@outlook.dk**

***På gensyn til en ny, sjov GSK-dag!***