



# TISVILDE HEGN OK INVITERER TIL klubmesterskaber i NATLØB

onsdag den 23. oktober

I Gribskov Nødebo

Mødested: skovskolen ved Nødebo

Start med put & run kl. 19-19.30

Der tilbydes følgende baner:

1. 7-9 km svær
2. 5-6 km svær
3. 3-4 km svær
4. 4-5 km mellemsvær
5. 3-4 km let
6. 2-3 km begynder

Startafgift: Gratis for alle THOK løbere

Tilmelding til Dan senest fredag d. 18. okt.

Stævneleder: Dan Haagerup [dhaagerup@gmail.com](mailto:dhaagerup@gmail.com) tel. 26360066

Banelægger: Harald Andersen THOK