

Triathlon i Blære

Ruten i detaljer (Forbehold for ændringer, Manuel tidtagning!)

Svømning



16 baner = 8 runder i Aars friluftsbad
7 personer pr. hold (15-20 min. mellem hvert hold)
Hold intro kl. 9.00 - svømmer kl. 9.30
Hav jeres cykler og grej klar!

Cykelturen

HUSK hjelm!

Vær opmærksom på trafik – vi kører på offentlig og trafikeret vej.

Ruten er delvis afmærket, men læs følgende:

Ud af porten ved den udendørs pool.

Kryds Himmerlandsgade - kør til venstre ind mod centrum.

Drej til højre af Anlægsvej (bliver til Oustrupvej)

Pas på i lyskrydset!!

Fortsæt lige over rundkørslen ad Oustrupvej.

Drej til venstre af Blærevej.

Lige inden rundkørslen ved Vestre Blvd. = Drej til højre af Banestien mod Blære.

Ved Blære by – drej til venstre af Blærevej, og straks til venstre igen af Gl. Blærevej.

Forsæt forbi Blære forsamlingshuset – følg afmærket rute.

Drej ind på sportspladsen og aflever din cykel til hjælperne på stadion.



Løb

Der vil være medhjælpere til at tage din cykel - lige før målstregen på sportspladsen.

Løb af Gl. Blærevej mod Blære.

Drej til højre første gang af Lyngholmvej.

EFTER første hus på venstrehånd (ca. 1. km. – afmærket)

– drej til venstre af græs stien.



Nede på banestien – venstre tilbage til Blære.

Tilbage til stadion via Blærevej og Gl. Blærevej.

Højre af Skolevænget ca. 2-300 m

INCLUDEPICTURE "http://www.motionsbilleder.dk/top/1.jpg" * MERGEFORMATINET INCLUDEPICTURE
"http://www.motionsbilleder.dk/top/1.jpg" * MERGEFORMATINET

Vestre ind på sportsmål til målstregen –LØB!!

