

Åbne DM SPRINT indendørs



TRÆNING SØNDAG 15/1 på velodromen
(tidspunkt oplyses hurtigst muligt...)
Hjelm og sko uden sort sål er vigtigt!

4. Februar 2012

Ballerup Super Arena
ballerupsuperarena.dk

Distance:
2 runder á 250m = Total **500m**

Tidsskema

12:00
Dørene åbnes - individuel opvarmning
indendørs
(ingen adgang til velodromen)
ca. 12.35 - 12.55
Velodromen gives fri til opvarmning

14:00
Indledende heats
Mænd og kvinder sammen.
Heatinddeling efter bedste tider.
4 i hvert heat - australsk forfølgelsesløb
Fra indledende går de 4 hurtigste mænd
og kvinder videre til finalen.

14:55
Finale KVINDER
14:58
Finale MÆND

Vi er en del af **6 Dages Løbet**
6-dages.dk
1500 tilskuere forventes 4. februar.

Tilmelding
Mail: sport4you@mailme.dk
Mobil: 6062 1004
Deltagergebyr: 70,00 kr.
Du får konto oplyst når du tilmelder dig

Resultater 2011
run4you.dk/side1/dm_inde_2011.htm

Video fra 2011
youtube.com/watch?v=p9Kmrw2_kLE&feature=youtube_gdata_player
http://www.youtube.com/watch?v=p9Kmrw2_kLE&feature=youtube_gdata_player
2011 var kun en prøve i det lille 6 Dages Omnium

Spisning på GANLØSE KRO lørdag aften efter DM
Vi tager direkte fra Arenaen....Du kan klæde om og bade i arenaen
Vi får maden til ca. 100 kr/kuvert
Ring/SMS antal: 6062 1004