

Indbydelse til langdistanceturneringens 4. runde



Løb	Løbsklasse	Distance	Bådtype	Afvikles
1	Motionsløb åben mix	10 Km	2+inr. og 4+inr.	Formiddag
2	Masters mix. FM	10 Km	2+inr.	Formiddag
3	Senior kvinder. DM	10 Km	2+inr.	Formiddag
4	Motionsløb åben mix	25 Km	2+inr. og 4+inr.	Eftermiddag
5	Senior mænd. DM	25 Km	2+inr.	Eftermiddag



Løbsregler og præmier:

Der roes efter DFFR's langdistancekaproningsreglement. Der uddeles medaljer til nummer et, to og tre i alle løb.

Tilmelding og startgebyr:

Tilmelding på www.regattasystem.dk. Tilmeldingsfrist er onsdag d. 3. august kl. 12:00. Startgebyr: 350,- Kr. pr. hold.

Eftertilmelding på www.krnet.dk/poc. Eftertilmeldingsgebyr 350,- Kr.

Gebyrer indbetales på konto: 1671 – 0001276395 (Basisbank). Angiv klub/hold sammen med indbetalingen!

Overnatning:

Overnatning er mulig i vores gymnastiksal og ergometerrum. Klubben har et tekøkken som kan åbnes hvis det ønskes.

Kontakt en af vores kontaktpersoner hvis I ønsker overnatning i KR's klubhus.

To billige og nærliggende hoteller/vandrehjem er: [Danhostel Copenhagen City](#) og [Danhostel Copenhagen Downtown](#)

Mad og drikke:

I KR's klubhus vil der fra ca. kl. 9 til 17 være salg af kaffe, øl og sodavand samt pastasalat, sandwich og kage, m.m.

Klubadresse: Tømmergravsgade 13, 2450 København SV

Kontaktpersoner:

Regattaleder: Kenny Andersen – kenny@kenny.dk – Tlf.: 2090 0418

Mads Peter Andersen - Maceo_p2000@yahoo.dk - Tlf.: 2670 0306

Mere information findes på www.krnet.dk/poc