

Motionsløb 2011

i PI Motions Afd. i

LØB	DATO/TID	DISTANCE	TILMELDING	PRIS
August løb Politiskolen	Tirsdag 9. august kl. 1900	5,5 km, 10 km og 15,5 km	Bare mød op på dagen	5 kr.
September løb Politiskolen	Tirsdag 6. sep. kl. 1800	5,5 km, 10 km og 15,5 km	Bare mød op på dagen	5 kr.
E-løbs træning på Erimitageløbsruten i Dyrehaven	Onsdag 21. sept. Kl. 1700	13,3 km eller ca. 8 km	Bare mød op på dagen ved Fortunporten	Gratis
Griseløbet efterår I Nærum start/mål på Rundforbi Stadion.	Søndag 25. sept. kl. 1030 - 1050	10 km eller ½-M	Mail til Mikael Bork (mbo010) med distance & føde- data senest den 9. september	Gratis for medlemmer af PI København
Oktober løb Politiskolen	Lørdag 1. oktober kl. 1000	5,5 km, 10 km og 15,5 km	Bare mød op på dagen	5 kr.
Erimitageløbet. I Dyrehaven.	Søndag 9. Okt. kl. 1100	13,3 km	Egentilmelding OBS bliver hurtigt udsolgt	Ca. 220 kr. - Udprint diplom fra løbets hjemme- side og få refunderet pen- gene på Idrætskontoret.
November løb Politiskolen	Lørdag 5. nov kl. 1000	5,5 km, 10 km og 15,5 km	Bare mød op på dagen	5 kr.
December løb Politiskolen Juleafslutning m. præmieoverræk- kelse og gløgg og æbleskiver m.m.	Lørdag 10. dec. kl. 1400	Kun 5,5 km for alle løbere	Bare mød op på dagen	5 kr.

Vi har de fleste år et hold afsted til Etapeløb Bornholm i uge 30, samt en tur til Berlin Maraton eller lignende løb. Kontakt vores formand Jørn Andersen jan008@politi.dk for yderligere info. PI Motions Afd. giver IKKE tilskud til andre løb end ovennævnte.

Majløbet

Af Mikael Bork, Motionsafdelingen, København

Tirsdag den 3. maj skulle have været den store grillaften efter PI Motions afdelingens motionsløb, men blev i stedet for til store regnløb. Da bestyrelsen kunne se vejrudsigten, valgte vi at aflyse grilldelen, da der blev nævnt regn og slud og temperaturer på 3-4 grader. Der mødte 30 løbere frem til start. Starten gik i let regnvej, som under løbet udviklede sig til regn og slud – så vi var godt tilfredse med at vi havde udskudt grill-arrangementet. Grill-arrangementet bliver i stedet for udført efter næste løb i juni. I majløbet gives et ekstra point til løbere over 45 år. Der var mange der løb på gode tider, så måske regnvej er godt løbevej – eller også er forårs formen ved at være der. I stillingen holder Bellahøj foringen.

KOMMENDE MOTIONSLØB: TIRSDAG DEN 9. AUGUST KL. 1900 FRA POLITISKOLEN I BRØNDBY

Lodtrækningspræmier fra Motionsafdelingens sponsor:

Sportigan, Vesterbrogade 54, 1620 København V.