

## Tilmelding og betaling

Nedenstående personer ønsker at stille til start på følgende ruter:

- Familieturen 20 km. Voksne 20 kr., Børn 10 kr.  
Familiepris: 2 voksne og 2 børn: 40 kr. Tilmelding på selve løbsdagen.
- Motionsturen 60 km. Pris 80 kr. + gebyr 20 kr. ved tilmelding efter d. 1. juli.
- Herregårdsturen 105 km. Pris 100 kr. + gebyr 20 kr. ved tilmelding efter d. 1. Juli.

For Motionsturen og Herregårdsturen gælder følgende: Tilmelding til de to ruter er mulig på selve dagen.

Eller gebyret indsættes på konto i Sparekassen Sjælland, reg. 0540 konto nr. 0001007314 mærket med navn inden d. 1. juli 2009.

Skulle du mod forventning blive forhindret i at deltage, efter at du har indbetalt startgebyr gælder følgende: Framelder du inden d. 1. juli 2009 refunderes 50% af startgebyret, efter d. 1. juli vil der ikke blive refunderet noget af startgebyret.

Rute/km	Navn	Adresse	Postnr. / by



# KIRKE HELSINGE IF CYKELMOTION

12. UDGAVE AF KHI LØBET

SØNDAG DEN 9. AUGUST 2009



[www.kirkehelsinge-if.dk](http://www.kirkehelsinge-if.dk)

TINA CHRISTENSSON

BLOMMESKOVEN 1

4281 GØRLEV

TLF. 58 85 54 02

MAIL: TINA@ULSTRUP-SERIGRAFI.DK

WWW.ULSTRUP-SERIGRAFI.DK

ULSTRUP SERIGRAFI & SKILTE & REKLAME



## KHI-Løbet

Der vil i KHI-Løbet ikke forekomme tidstagning, da KHI-Løbet er et motionsløb.

Færdselsloven SKAL overholdes, og deltagere på 105 km og 60 km ruterne SKAL bære cykelhjelm. Såvel åbne – de såkaldte bananhjelme – som lukkede hjelme accepteres.

KHI-Løbet køres på eget ansvar.

På landevejsruterne vil der være servicevogne samt "fejebled" (opsamlingsvogn) efter sidste hold.

Der forefindes gratis saft ved starten. Endvidere findes der salgsboder med sandwich, kaffe, pølser samt salg af øl og vand.



## Familieturen

En dejlig 20 km cykeltur, som fortrinsvis bevæger sig ad mindre veje. Her vil der virkelig være mulighed for at opleve naturen på nært hold. Ruten tager bl.a. deltagerne forbi Mullerup gård og Mullerup havn, fugletårnet samt en pragtfuld udsigt over Vejlen til Reersø og Flasken. Man kommer til at køre langs vandet, og der vil være mulighed for en afstikker til stranden, Mullerup Stenene og Rævehøj.

På ruten vil der være depot med saft og frugt.

Distance 20 kilometer.

Start kl. 10.00 fra Kirke Helsingø Sportsplads.

## Motionsturen

Beskrivelse: Dette er en rute hvor man følges med dem på 105 kilometer ruten de første 30 kilometer hvor der så er fælles depot ved det smukke Bromølle, herefter deler ruterne sig og motionsturen kommer bl.a. omkring Strids Mølle og Bjerge Strand.

Distance 60 kilometer.

Start kl. 9.00 fra Kirke Helsingø Sportsplads.

Depoter:  
Væske/frugt efter 30 km.

Efter løbet vil der blive budt på et let traktament, som er indeholdt i startgebyret.

## Herregårdsturen

Dette løb vil gå gennem det smukke Vestsjælland, hvor man både kan møde sø, skov og strand. Derudover er det en krævende og meget kuperet 105 km lang rute, som går forbi 5-6 af de største vestsjællandske herregårde, så det er ikke noget under, at den i KHI-Cykelmotion går under navnet "Herregårdsturen".

Distance 105 kilometer.

Start kl. 9.00 fra Kirke Helsingø Sportsplads.

Depoter:  
Væske/frugt efter 30 km.

Væske/fortæring efter 70 km.

Efter løbet vil der blive budt på et let traktament, som er indeholdt i startgebyret.

**Fri** CYKLER GØRLEV  
V/Lars Steenberg

**EFTERSYN**  
RACER CYKEL & MTB  
BLIVER EFTERSET OG SMURT  
FRA A TIL Z  
**FOR KUN 399,-**

