



VESTJYSK HALVMARATHON

Lørdag d. 2. november 2019 kl. 13.00 Mejdal / Holstebro – 22. udgave



VHM
med
3 ruter

ONLINE TILMELDING

www.vestjysk-halvmarathon.dk

Mejdal-Halgård
MOTION



Løb Vestjysk Halvmarathon 2019

– og oplev naturen i efterårets flotte farver omkring
Storåen og Vandkraftsøen ved Mejdal og Tvis.

RUTER

Vestjysk Halvmarathon starter kl. 13.00 og har start og mål ved Mejdal-Hallen. 2019 er 22. udgave af Vestjysk Halvmarathon. Der løbes på veje og stier i villakvarterer og skovområder, på mindre asfalterede veje gennem Tvis, over træbroen ved Tvis Møllevej og på grus- og asfalterede stier omkring søen til målet ved Mejdal-Hallen. En halvmarathon i meget naturskønne omgivelser. Kan vi igen i år slå rekorden? Der er medaljer til alle som gennemfører en af de 3 ruter.

VHM MED 3 RUTER

I 22. udgave af VHM har vi besluttet, at fortsætte med 11,1 km ruten "VHM-Søen Rundt" og 5,5 km rute "VHM-Uhresø Rundt". Vi håber på den måde at kunne tilgode se flere løbere. Alle 3 ruter har start og mål ved Mejdal-Hallen.

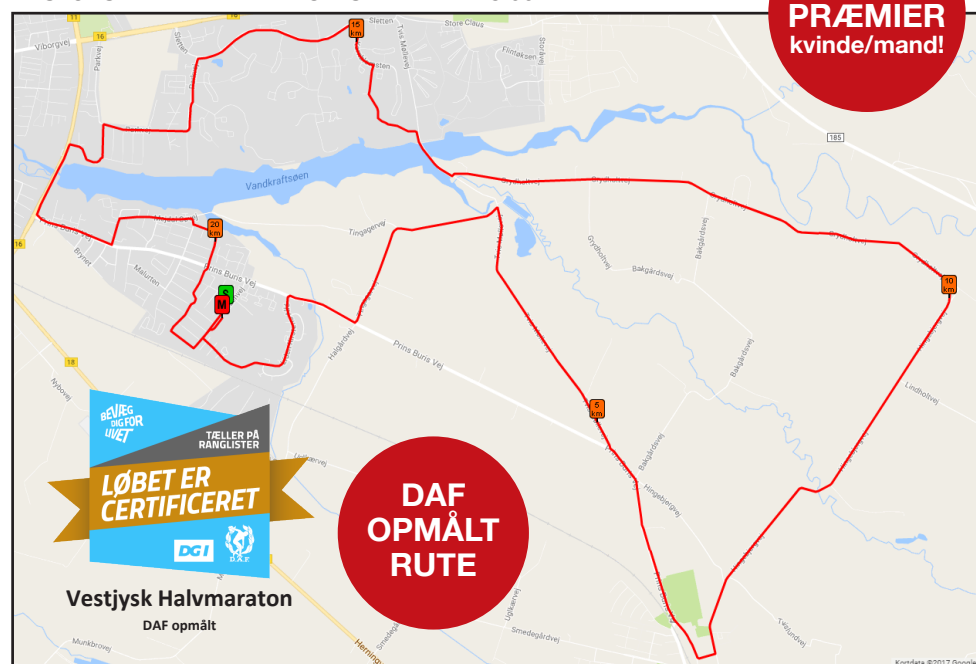
VHM – Søen Rundt starter kl. 13.15. Der opvarmes sammen med halv marathon løberne. Ruten følger VHM ruten til Tvis Møllevej, her drejes til venstre hen over træbroen og følger herfra VHM ruten igen. Ruten er ca. 11,1 km.

VHM-Uhresø Rundt starter kl. 13.25. Der opvarmes sammen med halv marathon løberne. Ruten følger VHM ruten til 2,5 km her drejes til venstre hen gennem fårefennen over Uhresø til Rønnebærvej. Herfra følges VHM ruten igen. Ruten er ca. 5,5 km.

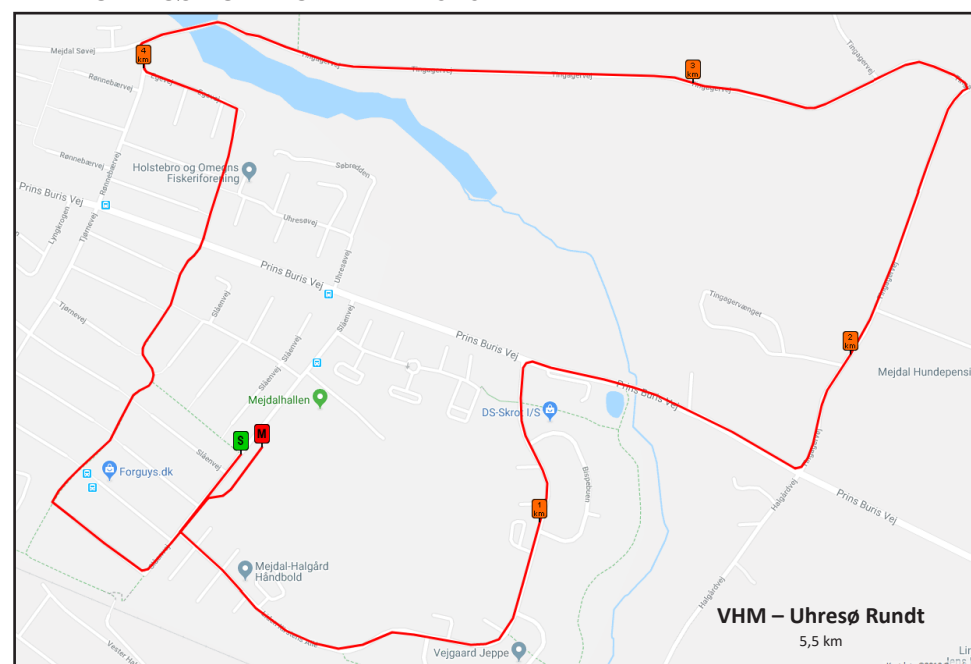
VHM - SØEN RUNDT START KL. 13.15



VESTJYSK HALVMARATHON START KL. 13.00



VHM - UHRESØ RUNDT START KL. 13.25



SPORT 24

TØMRER- & SNEDKERFIRMAET

Bjarne Toft



Elkjærvej 102 · 7500 Holstebro
97 41 33 99 · www.bjarnetoft.dk

thrane teknik
Tlf. 20 92 90 80 **& VVS ApS**

Aut. VVS-Installatør
www.thrane-teknik.dk · thrane@thrane-teknik.dk

arne hald

EL - DATA - TEKNIK

Sletten 47 B - 7500 Holstebro
Telefon 97 42 16 44 - ah@arnehald.dk
www.arnehald.dk



Sammen bygger vi professionelt

Mejdal Auto

Prins Buris Vej 24-26 | 7500 Holstebro



Følg os på Facebook

Vi glæder os til du kører igen

TANG BILER



Praktisk info

DATO OG TID:

Lørdag d. 2. november 2019
Mejdal-Hallen, Slåenvej 65, Mejdal, 7500 Holstebro

STARTTIDER:

Vestjysk Halvmarathon Start kl. 13.00

VHM – Søen Rundt 11,1 km Start kl. 13.15

VHM – Uhresø Rundt 5,5 km Start kl. 13.25

Ealy starters – Halvmarathon Start kl. 12.00

Early start tilbydes til løbere der forventer at skulle bruge 2½ time eller mere, og personer som ønsker at gå ruten. Der er ikke fartholdere, cykelordonnans mv. til Early starters.

Start, mål og omklædning

Mejdal-Hallen, Slåenvej 65, Mejdal, 7500 Holstebro

STARTGEBYR:

Vestjysk Halvmarathon 175 kr. ved tilmelding senest den 20. oktober, herefter 200 kr.

Early starters halvmarathon 175 kr. ved tilmelding senest den 20. oktober, herefter 200 kr.

VHM – Søen Rundt 125 kr. ved tilmelding senest den 20. oktober, herefter 150 kr.

VHM – Uhresø Rundt 100 kr. ved tilmelding senest den 20. oktober, herefter 125 kr.

Alle der er tilmeldt senest den 21. oktober, får trykt navn på løbs nummer.

Online tilmelding

Online tilmelding lukker d. 1. november kl. 24.00. – Max 1.600 deltagere

Aldersgrænse

Skal være fyldt 15 år på løbsdagen (gælder kun for halvmarathon)

Startnumre

Udleveres på løbsdagen fra kl. 11.00

Præmier

3 første herrer og damer på hver rute
Lodtræningspræmier til forhåndstilmeldte
Der er gavekort på 5.000 kr. ved løbsrekord på halvmarathon distancen.
Pt. hurtigste mand 1.09.13 – kvinde 1.18.45

Der er fartholdere på 5:00, 5:30, 6:00 og 6:30 min/km.

Fartholder på halvmarathon

Tidtagning

Der løbes med startnummer med chips – Race|result

Væskedepoter

Vestjysk Halvmarathon 4 steder på ruten: Ved 6 km væske og energidrik, 10 km væske og frugt, 14 km væske og energidrik, ved 18 km væske og frugt.
VHM – Søen Rundt (11,1 km) ved 4 km(14) væske og energidrik, 8 km(18) væske og frugt.
VHM – Uhresø Rundt (5,5 km) ved 3,5 km væske
Der er væske og frugt i målmrådet

Resultater

Forhåndstilmeldte får SMS med tiden, efter de kommer i mål.
Medaljer til alle der gennemfører en af de tre ruter
Diplom og resultatliste på www.vestjysk-halvmarathon.dk

Parkering

Busser henvises til parkering for enden af Slåenvej
Personbiler henvises til arealet i fårefennen. Se nærmere på hjemmesiden

Information

www.vestjysk-halvmarathon.dk
eller formand Jens-Erik Jørgensen tlf. 60 80 11 13
på facebook: vestjyskhalvmarathon eller mejdal.halgaard.motion



7500 Holstebro - Tlf: 23 27 93 27





**Banker ligner hinanden.
Men der er mennesker til forskel.**

Vi er en bank, der er tæt på dig. Dit hjem. Dit arbejde. Din sportsklub.
Det er det, der gør os til din lokale bank.

Kontakt os på **holstebro@vestjyskbank.dk**
og hør, hvad vi kan gøre for dig.

■ vestjyskbank.dk/holstebro



Vestjysk Halvmarathon

