
Kom med til Lange Laufnacht d. 30. maj i Karlsruhe!

Har du lyst til prøve dig selv internationalt? Eller har du ambitioner om kvalifikation til EM U18 eller VM U20, så er dette turen for dig!

Er du klar til en uforglemmelig tur med NXT Level Sport? Vi inviterer dig med på en spændende tur til Lange Laufnacht i Karlsruhe. Her samles nogle af Europas mest talentfulde løbere for at kvalificere sig til sommerens internationale ungdomsmesterskaber eller at sætte nye personlige rekorder.

Hvad kan du forvente på turen

- **Heats på dit niveau.** Programmet til Lange Laufnacht inkluderer distancer på 800, 1500m, 5000m og 3000m forhindring for begge køn. Der vil være 6-12 heats på 800m og 1500m, samt 3-5 heats på 5000m og 3000m forhindring
- **Pace i alle heats.** Arrangørerne stiller pacere til rådighed i alle heats, hvor tempoet i flere heats matcher kravene til EM U18, VM U20 eller EM.
- **Medrejsende træner.** NXT Level Sport tilbyder coaching og støtte gennem hele turen.
- **Alt er organiseret for dig.** Vi sørger for alt det praktiske, lige fra opsamling i Danmark til hjemkomst søndag. Tilmelding, transport og overnatning er nøje planlagt, så du kan fokusere på løbet.

Programmet inkluderer

- **Afrejse fra/til Jylland/Fyn.** Afgang fra Aarhus Banegård med opsamling på udvalgte steder gennem Jylland.
- **Afrejse fra/til Sjælland.** Opsamling på enten Kolding eller Vejle Banegård. Ved stor interesse fra Sjælland forsøger at arrangere en afgang fra København med mulighed for opsamling på vejen til Rødby.
- **Overnatning på hotel (2 døgn).** Overnatning på 2-mands værelser med mulighed for enkeltværelse mod en merpris (+ kr. 600,-).
- **Måltider inkluderet.** Morgenmad serveres i hotellets morgenmadsbuffet. Aftensmad serveres ved ankomst til hotellet fredag. Derudover købes ind til frokost lørdag og søndag (smør-selv sandwich). Bemærk, at aftensmad lørdag ikke er inkluderet, da de fleste tilbringer aftenen på stadion.

Hvad er Lange Laufnacht?

10. Puma Nitro - Lange Laufnacht er et internationalt *World Continental Tour Challenger* stævne, der blev afviklet første gang i 2016. Stævnet er vokset til at blive et samlingspunkt for mellem- og langdistanceløbere, der stræber efter at opfylde krav til internationale mesterskaber. Stævnet er kendt for at tilbyde pace i alle heats, og der har heats med fokus på EM U18, VM U20 og EM-krav.

Arrangørerne forventer 1000-1300 deltagere, hvilket skaber en stor variation af relevante heats – også for løbere, der jagter personlige rekorder uden nødvendigvis at opfylde mesterskabskravene. Stemningen på stadion er noget helt særligt, især når mørket falder på, og tribunerne summer af liv. Det bliver en festlig aften for mellem- og langdistanceløb.

Aldersgrupper og kravtider

Arrangørerne har fastsat kravtider, der skal være opfyldt for at kunne tilmelde sig stævnet.

Krav:	800m	1500m	5000m	3000mf
Piger U18	2:30,00	5:05,00	19:00,00	
Piger U20	2:22,00	5:00,00	18:30,00	11:30,00
Piger U23	2:20,00	4:55,00	18:15,00	11:15,00
Kvinder	2:18,00	4:50,00	18:00,00	11:00,00
Drenge U18	2:15,00	4:30,00	17:30,00	
Drenge U20	2:06,00	4:15,00	16:45,00	9:45,00
Drenge U23	2:02,00	4:09,00	16:00,00	9:32,00
Mænd	1:58,00	4:05,00	15:25,00	9:20,00

Rejseplan:

Udrejse:

Afgang fredag d. 29. maj kl. 8 i bil eller minibus fra Aarhus. Der er mulighed for opsamling gennem Jylland, efter individuel aftale. Deltagere fra Fyn/Sjælland samles op ved Kolding Banegård. Forventet ankomst i Karlsruhe mellem kl. 18 og 19

Ved stor interesse fra Sjælland vil tilsvarende gælde fra København og opsamling på vejen til Rødby.

Hjemrejse:

Afgang fra Karlsruhe søndag d. 31. maj efter morgenmad. Forventet ankomst til Aarhus mellem kl. 19 og 20.

Overnatning og forplejning

Hotel udenfor Karlsruhe med kort køreafstand til stadion, ca. 10min. Overnatning på 2-mandsværelser med morgenmad på hotellet. Husk madpakke til udrejsen.

Aftensmad fredag serveres på hotellet, og der vil blive købt ind til frokost lørdag og søndag. Aftensmad lørdag kan nydes på stadion (husk euro), hotellet eller efter eget valg. mens vi forventer at aftensmaden bliver på stadion.

Tilmelding og pris

Pris for turen er kr. 3795,- (tillæg for enkeltværelse kr. 600,-)

Hvis dette er noget for dig, så kontakt Lars Lindstrøm på mobil 41 96 93 73 eller mail lars@nxtlevelsport.dk

Ved tilmelding opkræves et depositum på kr. 2000,-. Faktura for resterende beløb udsendes ca. 14 dage før afgang. Depositum tilbagebetales ikke. Hvis fakturaen ønskes sendt direkte til en klub, bedes dette oplyst ved tilmelding.

OBS! Stævnet er ekstremt populært, hvorfor arrangørerne kan lukke for tilmelding når deres kapacitet er fyldt. Og da der er begrænset antal pladser på vores tur, anbefaler vi hurtig tilmelding. Pladser fordeles efter først-til-mølle-princippet. Tilmeldingsfristen er søndag d. 3. maj. Tilmeldinger modtaget herefter vil vi forsøge at honorere, men kan ikke garantere.

Vi forbeholder os retten til at aflyse turen, såfremt der ikke er tilstrækkeligt med deltagere til at fylder en bil

Hvem er NXT Level Sport?

NXT Level Sport arbejder for at støtte talenter og eliteatleter inden for mellem- og langdistanceløb, og driver den professionelle træningsgruppe NXT Level Running Team i Aarhus.

NXT Level Running Team er en klubafhængig enhed, der samarbejder med klubber om træning af løbere med internationale ambitioner. Teamet fremmer mangfoldighed og ser gerne, at dets løbere deres moderklubber ved nationale mesterskaber og andre stævner.

Med over 20 års erfaring inden for træning af løbere samt udvikling af talenter og eliteudøvere på højeste internationale niveau tilbyder **NXT Level Sport** et skræddersyet træningssetup, der tilpasses den enkelte løbers specifikke behov.

Som **certificeret Athlete Representative** repræsenterer **NXT Level Sport** atleter over for stævnearrangører, sponsorer og andre samarbejdspartnere. Dette inkluderer planlægning af konkurrencesæsonen i tæt dialog med atleten og deres træner eller klub samt håndtering af logistik ved konkurrencedeltagelse i udlandet.