

Har du ambitioner om at klare EM U18 eller VM U20 krav

NXT Level Sport arbejder for at styrke dansk mellem- og langdistanceløb, og derfor har vi nu fornøjelsen af at invitere talenter, med internationale ambitioner, på en tur til Lange Laufnacht i Karlsruhe fra d. 10-12. maj.

8. Puma Nitro - Lange Laufnacht er et internationalt World Continental Tour Challenger stævne med fri tilmelding. Stævnet startede i 2016 og har siden vokset sig større og større.

Vores sigte med turen er at hjælpe danske talenter til start i et internationalt stævne, og sørge for at det praktiske setup omkring fungerer optimalt. Det er vores ambition at alle kommer hjem med ny inspiration og motivation, masser af gode sportslige og sociale oplevelser.

Hvad kan du forvente af Lange Laufnacht?

Lange Laufnacht har efterhånden etableret sig som stedet hvor mellem- og langdistanceløbere mødes for at klare krav til internationale mesterskaber. Stævnet tilbyder pace i alle heats, og der vil være heats på alle distancer (800m, 1500m, 5000m og 3000mf) med fokus på EM U18, VM U20, EM og OL-krav.



Maja Alm 5000m, Lange Laufnacht 2018

Arrangørerne forventer 7-800 deltagere, og det betyder masser af relevante heats, også til løbere der prøver at sætte personlige rekorder, men ikke nødvendigvis kan klare krav til mesterskaber. Det betyder masser af mennesker på tribunen og en helt unik stemning, specielt når mørket begynder at sænke sig. Det bliver en stor fest for mellem- og langdistance løb.

Kravtider

Arrangørerne har fastsat følgende kravtider for deltagelse.

Krav:	800m	1500m	5000m	3000mf
Piger U18	2:35,00	5:10,00	19:00,00	
Piger U20	2:30,00	5:05,00	18:30,00	11:30,00
Kvinder	2:15,00	4:45,00	18:00,00	11:00,00
Drenge U18	2:15,00	4:30,00	17:30,00	
Drenge U20	2:10,00	4:15,00	16:45,00	9:45,00
Mænd	1:57,00	4:03,00	15:30,00	9:30,00

Rejseplan:

Udrejse:

Afgang fredag d. 10/5 kl. 8 i bil eller minibus fra Aarhus.
Mulighed for opsamling ned gennem Jylland, aftales individuelt.
Forventet ankomst Karlsruhe omkring kl. 18-19

Hjemrejse:

Afgang søndag d. 12/5 kl. 9 fra Karlsruhe (efter morgenmad)
Forventet ankomst til Aarhus kl. 19-20

Ankomsttidspunkter afhænger af trafik og evt. løbetur undervejs.

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. Der vil blive købt ind til frokost lørdag, mens vi forventer at aftensmaden bliver på stadion (husk euro). På hjemrejsen bliver der mulighed for at købe mad undervejs.

Tilmelding og pris

Pris for turen er kr. 3000,-

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

Vi opfordrer alle interesserede til at tilmelde sig hurtigt, da der er et begrænset antal pladser til rådighed, og de vil blive udfyldt efter først-til-mølle-princippet.

NXT Level Running sørger for tilmelding