



INVITATION TIL 4-TIMERS STAFET

Ved Nordic Lake Festival – Lørdag den 16. august



ER DU KOMMENDE MEDLEM AF VIB IF?

Så kom med, når vi deltager i den populære 4-timers stafet ved Nordic Lake Festival!
En aktiv, hyggelig og festlig dag – med løb, fællesskab og mad i teltet bagefter.



HVOR & HVORNÅR:



Lørdag d. 16. august 2025



Stafetten starter kl. 15.00



Mød op ved VIB IF's telt senest kl. 14.30



Vi holder til tæt på målområdet ved Søndersø



DET PRAKTISKE:

- 6 deltagere pr. hold – vi har 2 hold
 - 1 runde = 3,2 km
 - Løb eller gå – alle niveauer kan være med
 - Skøn rute gennem naturen ved Søndersø og Forstbotanisk Have
 - Vi skiftes til at tage runder i 4 timer – hvor mange når vi?
-



BASECAMP & FORPLEJNING

Vi har vores egen camp med plads til hygge og afslapning mellem runderne.
Efter løbet er der mad i teltet i teltet.



TILMELDING:



Først til mølle! Og  Senest den 12. august



Skriv til Marie på maah@viborg.dk



KOM OG HEP!

Ikke med på holdet? Du er stadig meget velkommen til at komme og heppe!



Nordic Lake Festival byder på aktiviteter, underholdning og **gratis koncerter** hele dagen.

Læs mere på  www.nordiclakefestival.dk