



1. afdeling - 1. marts 2009 i Fredericia

2. afdeling - 19. april 2009 i København (Høvelte)

3. afdeling - 14. juni 2009 i Fredericia

MILITÆR 5-KAMP CUP 2009 3. AFDELING 14. JUNI I FREDERICIA

Militær Femkamp er for alle, der ønsker en udfordring eller bare godt kan lide at prøve noget nyt og spændende - det handler om koncentration, om udholdenhed og viljestyrke. Der dystes individuelt for både herrer og damer – med mulighed for lodtrækningspræmier.

Søndag den 14. juni 2009 afvikles tredje afdeling af Militær 5-kamp Cup 2009 i Fredericia jf. nedenstående program.

06.30 Indskrivning

07.00–09.00 Forhindrebanesvømning i Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100

10.00–12.30 Skydning på Vingsted Skyttecenter, Vingsted Skovvej 1, 7182 Bredsten

13.30–15.30 Forhindrebaneløb på Ryes Kaserne, Treldevej 110, Fredericia

15.30–18.00 Håndgranats kast på Ryes Kaserne, Treldevej 110, Fredericia

18.30–19.00 4 km terrænløb på Ryes Kaserne, Treldevej 110, Fredericia

19.15 "Spisning" og præmieoverrækkelse.

Instruktion umiddelbart før hver enkelt disciplin samt mulighed for at prøve forholdene inden start. Der er et maksimalt deltagerantal på 80 personer. Yderligere information om stævnet sendes ud medio uge 23.

Startgebyr kr. 200,- som betales ved tilmeldingen, beløbet dækker deltagelse og lån af bl.a. våben, lidt spiseligt og noget at drikke. Man er selv ansvarlig for transport mellem de enkelte stævnepladser - der vil dog så vidt muligt være fælleskørsel.

TILMELDING SENEST 1. JUNI 2009

til Dennis Foged Hansen på dennis.foged.hansen@mil.dk eller tlf.: +45 26 89 70 07

Kom og prøv Militær Femkamp, en sportsgren, der giver udfordringer.

