



Rokreds Sydhavsøerne

Indbydelse til

Lolland Falsters Mesterskaberne i Ergometer

Kredsen arrangerer for andet år i træk et Lolland Falsters Mesterskab i ergometer. forhåbentlig kan vi gøre det til en fast årlig tradition igen.

tid: **lørdag den 1. februar 2025**

stedet: NSR strandpromenaden 13. 4900 Nakskov

tid: fra kl 11. og et par timer frem

hvad sker der:

Der bliver roet i 6 kategorier, 3 herre og 3 damme kategorier nemlig: junior, senior og marsters. Aldersklasserne kan ses på løbslisten her under
Eventuel heat inddeling vil tage hensyn til at der skal være mindst muligt handicap.

hvor langt:

Alle ror 1000 meter og der vil blive udregnet handicap så det bliver fair for alle.

hvem kan være med:

Alle kan være med.

Så kom frisk. Det er ligegyldigt om du kun har trænet 2 gange i denne vintersæson. Formålet med dette arrangement er at vi mødes og har lidt hyggeligt konkurrence med hinanden. så vi måske kan blive motiveret til at træne lidt mere. ;-)

Tilmelding foregår klubvis til undertegnede på Mail mborgj@gmail.com
Ved tilmelding angives fuldt navn, vægt og alder. Dette for det mest præcise handicap
Senest onsdag den 29. januar kl 12

Mvh

Morten Borg Jensen

