

# REMA 1000 STAFETTEN FOR SKOLER



## ONSDAG D. 21. AUGUST

### KÆRE LÆRER

Tak, fordi I deltager i Rema 1000 Stafetten for skoler. Stafetten afholdes i år for 7. gang. Vi håber, at I alle får en dejlig dag med motion og hygge i Mindeparken.

### PROGRAM

#### 09:30 ANKOMST

KOM I GOD TID og find det telt, I skal være i. Teltene er markeret med navnet på jeres skole, og her kan I stille jeres tasker/madpakker mm. Hvis I ikke har sat startnumrene på trøjen om morgenen på skolen, så gør det inden I går fra teltene. Startnummeret skal placeres foran på maven. Sikkerhedsnåle udleveres med startnumrene.

#### Husk jeres depeche!

#### 10:20 FÆLLES OPVARMNING

Når opvarmningen starter, skal løber 1 stå klar til start ved det rigtige skilt i skiftezone. Dit startnummer angiver hvilket skilt i skiftezone, du skal stå klar ved. Løber 2 og 3 går med ind i skiftezone, men stiller sig i modsatte side.

#### 10:30 STARTSKUDET LYDER

Der vil i alt være 3 startskud med 2 minutters mellemrum for at få spredning på løberne. Når alle løber 1 er sendt afsted, stiller alle løber 2 sig klar i skiftezone, så de er klar til at overtage depechen fra løber 1 på deres hold. Det samme gælder løber 3, når alle løber 2 er sendt afsted.

Skiftezoneerne er forsynet med nummerskilte med dyr. Løberne placerer sig i zonen, der passer til deres startnummer. Når deres holdkammerat kommer løbende, kan de gøre opmærksom på sig selv ved at råbe holdkammeratens navn.

HOLDNR.	STARTTIDER
1 - 300	kl. 10.30
301 - 600	kl. 10.32
600 - opefter	kl. 10.34

#### 12:00 - 12:30 MADPAKKER OG HYGGE I TELTENE

### INDGANG OG PARKERING

Der vil kun være indgang til Mindeparken fra Kongevejen. Der er mulighed for parkering ved CERES Park. Busser kan læsse af og på ved Væddeløbsbanens parkeringsplads. Det er dog forbudt at parkere på Kongevejen foran slottet.

### FÆLLESFOTO

Der vil være opstillet en fotovæg, hvor man selv kan tage billeder sammen med Aarhus Motions maskot, Birdy.



### TOILETTER

I Mindeparken er der opstillet toiletter.

**BRUG HASHTAG  
#REMA1000STAFETTEN**



### SAMARITTER

Der vil være samaritter i målområdet.

### DIPLOMER

Der er på dagen mulighed for at modtage fysiske diplomer på pladsen.



### TIDTAGNING - VIGTIG!

I kuverten finder I depechen til Rema 1000 Stafetten for skoler, som I skal huske at medbringe. Ingen depeche - ingen tidtagning. Se vedlagte vejledning. Tid ses på [www.aarhusmotion.dk](http://www.aarhusmotion.dk).



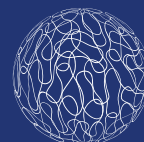
### RUTEN

Ruten er 2 km lang og tydeligt afmærket i Mindeparken. Se rutekort på bagsiden.

### PANT

Alt pant, der indsamles til Rema 1000 Stafetten for skoler, går ubeskåret til de Danske Hospitalsklovne.

Løbehilsner fra Aarhus Motion



AARHUS  
MOTION

Se rutekort & skiftezone!



