



Kære deltagere til Thy Mud Race 2019

Det er os en stor fornøjelse at kunne byde Jer velkommen til den første udgave af Thy Mud Race nogensinde. Vi er meget beærede over at have rundet 600 deltagere, og vi vil gøre vores allerbedste for at give Jer en sjov, beskidt og udfordrende naturoplevelse i de smukke omgivelser ved Langbjerggård. Vi har her samlet en række praktiske informationer.

#### Påklædning:

Vi forventer naturligvis solskin og fint påskevejr i Thy. Vi anbefaler dog hurtigt tørrende tøj og handsker. Medbring ikke mobiltelefon på ruten, hvis den ikke kan tåle vand... Mød omklædt og løbeklar.

#### Parkering og shuttle bus:

Kom i god tid. Vi beder Jer være hensynsfulde. Det optimale er at parkere i Vildsund ved Hotel Vildsund Strand eller ved Hidrostat og tage shuttle bussen derfra. Bussen kører fra kl. 9.30 – 11.30 og 13.00 – 15.00. Der er desuden få pladser på græsmarken ved stævnepladsen. Hvis I vælger at kantparkere på Skyumvej, beder vi jer holde i østsiden, så bussen kan komme forbi.

#### Indskrivning:

Fra kl. 9.00 vil der være udlevering af chip og nummer i indskrivningsteltet ved mål området på Langbjerggård, Skyumvej 72, 7752 Snedsted. Taber du chippen skal denne erstattes med 350 kr.

#### Start:

Vær klar i god tid! I bliver sendt afsted i grupper af 40 personer for at minimere kø ved forhindringerne.

Se oversigt over rute og forhindringer. OBS: nye starttider:

10.20 Info - Go Hard Heat

10.30 Go Hard 8 km

10.35 Go Hard 4 km

10.50 Info Viking Heat

11.00 - 11.10 Viking 8 km

11.15 - 11.30 Viking 4 km

11.50 Info Familie Heat

12.00 Familie 8 km

12.05 – 12.20 Familie 4 km

Toilet, bad og omklædning:



Faciliteterne er begrænsede med 600 deltagere. Der er 8 toiletter og 9 brusere på Langbjerggård, så der vil ikke være tid og plads til det lange "wellnessbad". Klæd om hjemmefra - og husk tålmodighed er en dyd...

#### Præmier:

Der er præmier til dagens 3 hurtigste piger under 16 år og 3 hurtigste drenge under 16 år samt dagens 3 hurtigste damer over 16 år og 3 hurtigste mænd over 16 år. Præmieoverrækkelse starter kl. 13.00. Lodtrækningspræmier trækkes under løbet og vil være hængt op i mål området ved indskrivningsteltet – husk at tjekke om du har vundet, inden du kører hjem.

#### Mad og drikke:

Der serveres lasagne med salat og brød til alle deltagere. Dette er inkluderet i prisen. Drikkevarer kan købes. Der vil også være mulighed for at købe kaffe og te. Desuden er der opstillet en pølsevogn, hvor tilskuere kan købe mad. Tilskuere må også gerne selv medbringe madkurv.

#### T-shirt eller håndklæde:

Vi uddeler ikke medaljer til løbet. Det er dog muligt selv at printe et diplom ud via resultatlisten på race result. Håndklæder med logo kan købes så længe lager haves eller bestilles. Pris 150,- Desuden tilbyder vi i samarbejde med Løbeshop.dk en t-shirt til 179,- eller en sweatshirt til 349,- med Thy Mud Race logo.

Tøjet kan prøves i teltet efter løbet og bestilles direkte på <https://www.loebeshop.dk/thy-mud-race> Håndklæder og tøj bestilles senest den 1. maj. Det er jo altid dejligt at kunne blære sig lidt med at have gennemført Thy Mud Race 😊

Vi glæder os vildt meget til løbet, og vi vil gøre vores bedste for, at alle får en god oplevelse.

Du ønskes en rigtig god påske.

Glæder os til vi ses på Langbjerggård 2. påskedag.

Med venlig hilsen

Flemming Søvnald Nielsen  
Thy Race





## THY MUD RACE – Rute og forhindringer



- |                     |  |
|---------------------|--|
| Forhindring nr. 1:  | Ild og sand                              |
| Forhindring nr. 2:  | Dækstep                                  |
| Forhindring nr. 3:  | Halmballepyramide                        |
| Forhindring nr. 4:  | Mudder kravl                             |
| Forhindring nr. 5:  | Siv                                      |
| Forhindring nr. 6:  | Labyrint med løft                        |
| Forhindring nr. 7:  | Sø                                       |
| Forhindring nr. 8:  | Træ - over/under                         |
| Forhindring nr. 9:  | Skrænt – op/ned                          |
| Forhindring nr. 10: | Junglenet/rør                            |
| Forhindring nr. 11: | Stige/legetårn                           |
| Forhindring nr. 12: | Rør og Balancebom på halmballer – op/ned |