



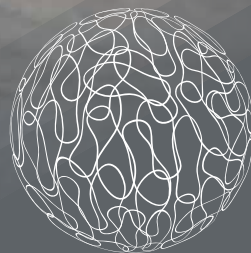
BESTSELLER

Aarhus City Halvmarathon 2019



Løbsmagasin

- Gode råd · Kollektiv trafik
- Rutekort · Parkering
- Løbsinformation



**AARHUS
MOTION**
www.aarhusmotion.dk

Nedtællingen er i gang

- er du klar til at give den max gas?

Hos Aarhus Motion glæder vi os til at byde dig og alle de andre halvmarathondeltagere velkommen til årets løbefest i smilets by. Vi har de sidste måneder arbejdet intenst på at kunne give dig den fedeste løbeoplevelse og Aarhus en folkefest.

Hårrejsende heppespots

Få en high five af en panda, løb til beatet af afrikanske jungletrommer og bliv kølet ned i 'Human Car Wash'. Med mere end 50 underholdningsspot fordelt ud på de 21.097 km er BESTSELLER Aarhus City Halvmarathon det halvmarathon i Danmark med mest underholdning på ruten. Dertil kommer den overvældende opbakning fra byens borgere, der er med til at få de små hår på armene til at rejse sig.

En grønnere profil

Ballonerne ved start er skiftet ud med flammer og konfettien er blevet selvopløselig. Hos Aarhus Motion vil vi gerne gå forrest, når det gælder mere miljøvenlige motionsløb i Danmark. Alt kan ikke ændres på én gang, så fokus har i år været at kigge på nogle områder, hvor vi kan spare på plastikken. I stedet for vandposer på væskedepoterne har vi valgt at donere et beløb svarende til udgiften for vandposer til organisationen Plastic Change og plastikkrusene på depoterne er erstattet med nogle mere miljøvenlige krus med 40% kalk. Derudover leveres T-shirten i år uden pose og finisherposen i mål skiftes ud med et net, der kan bruges flere gange.

1200 officials på arbejde

Hos Aarhus Motion er vi ikke alene om at pakke 12.000 forplejningsposer, spærre midtbyen af og sætte 13,5 km hegn og bannere op inden den store dag. Alt dette var ikke muligt uden alle vores uundværlige officials. Giv dem gerne et smil med på vejen.

Vi glæder os til at se dig!

Løbshilsner fra
Team Aarhus Motion

INTERNATIONAL FASHION — LOCAL STORES

WE ARE PROUD SPONSORS OF BESTSELLER AARHUS CITY HALF MARATHON

Our store locations in Aarhus

BESTSELLER – Rømerhus **ONLY** – Bruuns Galleri, City Vest, Storcenter Nord, Strøget

JACK & JONES – Bruuns Galleri **SELECTED** – Bruuns Galleri, Strøget

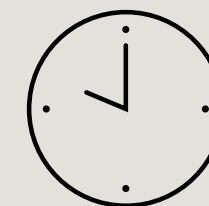
VILA – Bruuns Galleri, Strøget **NAME IT** – Bruuns Galleri **PIECES** – Bruuns Galleri, Strøget

VERO MODA – Bruuns Galleri, City Vest, Storcenter Nord, Strøget

BESTSELLER

Program

for søndag den 16. juni



08.00-09.00

Udlevering af startnumre
i et telt udenfor Musikhuset

08.00-14.00

Løbeshop.dk EXPO i
Musikhuset

09.15

Velkommen til BESTSELLER
Aarhus City Halvmarathon

09.20

Overrækkelse af den
indsamlede donation til
Ree Park Safari

09.30

Velkommen ved BESTSELLER

09.40

Indgang til startgrupperne
lukkes

09.40

Tour Caravanen sendes afsted

09.45

Fælles opvarmning starter

09.55

Nedtællingsvideo starter

10.00

Startskud

11.04

Første herre forventes i mål

11.18

Første dame forventes i mål

12.30

Præmieoverrækkelse

13.15

Sidste løber forventes i mål



Download Aarhus Motions app

- Mulighed for livetracking
- Tjek rutekort, resultater og billeder

EARLY BIRD!

TILMELD DIG
INDTIL 23. JUNI 2019
FOR KUN 399 KR!



BESTSELLER

Aarhus City Halvmarathon

14. JUNI 2020

TILMELD DIG PÅ AARHUSMOTION.DK

Løbeshop.dk EXPO'en

Når dørene til dette års EXPO bliver åbnet, byder Løbeshop.dk i samarbejde med Aarhus Motion velkommen til en spændende messe med sjove aktiviteter og fede produkter fra en række kendte brands. Mød danske og internationale løbsarrangører, smag og køb energiprodukter fra SiS Energy. Tag også en tur ned ad Memory Lane, hvor du finder medaljer, T-shirts og sjove fakta fra alle syv Aarhus City Halvmarathon.

Kom ind i Musikhuset og bliv inspireret!

HVOR:

Musikhusets Foyer
Thomas Jensens Allé 2, 8000 Aarhus C

HVORNÅR:

- Torsdag den 13. juni kl. 15-19
- Fredag den 14. juni kl. 10-19
- Lørdag den 15. juni kl. 10-17
- Søndag den 16. juni kl. 8-14

Parkering

Scandinavian Congress Center, Margrethepladsen 5
150 meter til start, 1.100 p-pladser, betalingsparkering

Bruuns Galleri, M.P. Bruuns Gade 25
300 meter til start, 965 p-pladser, betalingsparkering

Salling P-hus, Fiskergade 60 eller Østergade 25
500 meter til start, 715 p-pladser, betalingsparkering

Magasin, Åboulevarden 70
800 meter til start, 800 p-pladser, betalingsparkering

Ceres Park, Stadion Allé 70
2,2 km til start, 640 p-pladser, gratis parkering
– shuttlebus til start (kører i pendulfart fra kl. 8.00 - 9.30 og retur fra kl. 12.00 - 14.30)

Dokki, Hack Kampmanns Pl. 2
800 meter til start, 1.000 p-pladser, betalingsparkering

Navitas, Inge Lehmanns Gade 10
1,6 km til start, 500 p-pladser, betalingsparkering

Ceres Byens Parkering, Ceres Allé 2
700 meter til start, 700 pladser, betalingsparkering.
Skarp pris på dagen.

Ændringer i trafikken

Der bliver massive ændringer i trafikken mellem kl. 8 og 14.

Tjek, hvordan din bus kører

Der forventes generelt forsinkelser i den offentlige trafik. Det er forskelligt, hvornår der er aflysninger for den enkelte bus, og Midttrafik opfordrer til, at man tjekker trafikinformationen for sin egen bus på midttrafik.dk eller ved stoppestederne.

Begræns bilkørsel

Mange veje er lukkede for trafik i tidsrummet 08.00 - 13.30. Vi opfordrer alle til at begrænse bilkørsel i området omkring ruten. Tjek www.aarhusmotion.dk/trafikinfo og planlæg din kørsel. På trafiksidens finder du også kontaktinformation på vores trafik-hotline.

Shuttlebusser

Der kører busser mellem Ceres Park og Frederiksbjerg Torv (800 meter fra start/målområdet). De kører fra Ceres Park kl. 8 til 9.30 og fra Frederiksbjerg Torv fra kl. 12 til 14.30. Bussen er forbeholdt deltagere i løbet.



Løbsinformation

Kære deltager

Aarhus Motion og BESTSELLER byder dig velkommen til BESTSELLER Aarhus City Halvmarathon 2019. Vi håber, at du får en god løbeoplevelse i smilets by.



GARDEROBE:

Til opbevaring i garderoben bruges den udleverede garderobepose. Når du indleverer din pose i garderoben, får du udleveret et klistermærke med dit nummer. Der må kun indleveres 1 stk. bagage pr. deltager. Opbevaring sker på eget ansvar. På dit startnummer kan du se, hvilken garderobe du skal benytte.



STARTGRUPPE:

Find din startgruppe i god tid og senest kl. 9.45, hvor startbåsene LUKKES. Grupperne vil være markeret med farver og bogstaver. Du skal benytte den startgruppe, der står på dit startnummer.



STARTNUMMER:

Startnummeret må ikke bukkes og skal tydeligt kunne ses på forsiden af din trøje. Chip til tidtagning sidder bag på startnummeret.



KL. 10:

Startskuddet lyder præcis kl. 10. Grupperne starter løbende i rækkefølgen A-B-C-D. Din tid starter naturligvis først, når du krydser startlinjen.



SHUTTLEBUSSE:

Der kører busser mellem Ceres Park og Frederiksbjerg Torv (800 meter fra start-/målområdet). Fra Ceres Park kl. 8 til 9.30 og fra Frederiksbjerg Torv kl. 12 til 14.30.



START OG MÅLOMRÅDE:

I start-/målområdet vil der være opstillet tre stor-skærme, så tilskuerne kan følge løberne på ruten. Der vil være forskellige boder og Musikhusets café johan r tilbyder desuden inde- og udeservering.



MÅL:

Når du kommer i mål, modtager du din medalje og en kildevand. Herefter ledes du til forplejningsområdet, hvor du modtager en forplejningspose. Undgå at stå stille, når du er kommet i mål. Efter løbet kan dit resultat ses på aarhusmotion.dk eller på Aarhus Motions app. Maksimum gennemførelsestid er 3 timer fra din tid starter.



VÆSKE:

Brug god tid på at indtage væske. Hvis der er mere end 18 grader varmt, skal du samlet indtage mindst 1,5 liter vand eller energidrik og evt. en gel under selve løbet.



VÆSKEDEPOTER:

På ruten er der fem væskedepoter med både vand og energidrik i kopper. Alle depoterne er på begge sider af vejen. Der er energigels på SiS energidepotet tæt ved andet væskedepot og banandepot inden det fjerde væskedepot.



VIS HENSYN:

Aarhus er en by i forandring med mange byggeprojekter. Husk derfor at vise hensyn ved de smalle passager på løbsruten. Vi gør det bedste for at give dig en unik løbeoplevelse.



HJÆLP:

Langs hele ruten er der samaritter og læger. Hvis du får det dårligt, kontakt da nærmeste official.



HOTSPOTS:

Tilskuerne har masser af muligheder for at følge både løberne og overvære underholdningen på ruten – se kort på side 12 eller besøg aarhusmotion.dk



DEL DIN OPLEVELSE:

Upload de billeder, du tager på løbsdagen, til storskærmen i målområdet. Husk at hashtagge med enten #BACH19 eller #aarhusmotion.



T SHIRT:

Den bestilte T-shirt-størrelse kan ikke ændres. Dog vil du efter løbet fra kl. 12 i Aarhus Motions infovogn ved Ridehuset kunne ombytte din T-shirt (ubrugt naturligvis), så længe lager haves.



FARTHOLDERE:

Der er Garmin fartholdere med sluttider fra 1.29 til 2.29. De løber med orange balloner og orange T-shirts.



FOTO:

Både før, under og efter løbet tager Aarhus Motions fotografer billeder, som du efterfølgende kan finde på Aarhus Motions Facebookside og hjemmeside. Der vil i start-/målområdet være opstillet fotovægge med mulighed for at tage billeder. Flere steder finder du Myselfie, som er en moderne fotoboks med sjove rekvisitter. Udenfor Musikhuset finder du Wall of Fighters med navne på alle deltagere, der er tilmeldt før den 27. maj.



UNDERHOLDNING:

Glød dig til et løb, hvor du bæres igennem af underholdning i særklasse og fantastisk opbakning fra byens borgere. Der vil i år være mere end 50 hotspots, hvor du møder alt fra cheerleaders til hornkorstre og a capella kor. 20 minutter før første løber kører en tour caravane ruten igennem i bedste tour-de-france-stil for at sætte publikum i den rigtige stemning. Glød jer til at opleve smilets by fra en helt ny side!



LIVE TRACKING:

Giv venner og familie mulighed for at følge dig på ruten via Aarhus Motion appen.

Læs mere på aarhusmotion.dk



KOSTTILSKUD

Til din væske- og saltbalance

Højt indhold af magnesium som bl.a. medvirker til:

- at opretholde din væske- og saltbalance
- at omdanne energi i kroppen
- normalt fungerende muskler
- at du føler dig mindre træt og udmattet



Spormineraldråber

Elektriske spormineraldråber er et let optageligt, koncentreret mineraltilskud. ½ tsk. sikrer dig blandt andet 500 mg magnesium.

Magnesium har betydning for mindst 300 forskellige enzymer i kroppens stofskifte. Når magnesium kaldes et

elektrisk spormineral eller en elektrolyt, skyldes det, at magnesium bidrager til at opretholde den elektriske spændingsforskel over nerve- og muskelcellernes membraner, som er grundlag for funktionen af nervesystemet.



matas



Natur-Drogeriet udvikler, producerer og markedsfører naturlægemidler, kosttilskud og helseprodukter til hele familien. Produkterne findes hos den autoriserede forhandler, helsekostforretninger, Matas og apoteker.

KOSTTILSKUD: Den anbefalede daglige dosis bør ikke overskrides. Bør kun efter aftale med læge eller sundhedsplejerske anvendes af gravide eller børn under 1 år. Opbevares utilgængeligt for børn. Kosttilskud bør ikke træde i stedet for varieret kost.

Start- og målområde

Alle deltagere tjekkes, når de går ind i startgrupperne. Du kan kun starte i den startgruppe, der matcher dit startnummer.



RUTEKORT

EARLY BIRD!

TILMELD DIG BACH 20
INDEN 23. JUNI 2019
FOR KUN 399 KRI!

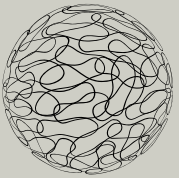
AARHUSMOTION.DK

AARHUS
MOTION

BESTSELLER

Aarhus City Halvmarathon

16. juni 2019 kl. 10.00



MARKERINGER PÅ RUTEN

— BESTSELLER AARHUS CITY
HALVMARATHON RUTEN

— RUN WITH ME RUTEN

— KILOMETERMARKERING

Markering på ruten for hver kilometer

VÆSKEDEPOT

Markering 100 m før depot

Der vil være depot i begge sider af vejen

HOTSPOTS

Over 50 steder på ruten med musik og
underholdning — se flere på aarhusmotion.dk

- | | | | |
|---|------------------------|---|----------------------|
| A | Maskot Zone | K | Acro Team |
| B | Blue Men Convention | L | Hinnerup Garden |
| C | Danmarks Fan Zone | M | Ree Park Safari Zone |
| D | Løbeshop.dk Power Zone | N | Afrikanske rytmer |
| E | Aarhus Musikskole | O | Human Car Wash |
| F | BESTSELLER & DJ | P | Christmas City Run |
| G | Sambaanans | Q | Børnehjælpsdagen |
| H | Aarhus Motion Fan Zone | R | Runaar |
| I | Gospelkoret Koinonia | S | Mikkeller |
| J | Garmin Power Zone | T | Politiets Big Band |

Gode råd og remindere

Kom i god tid

Du har trænet længe op til denne dag, så bevar roen ved at møde op i god tid.

Spis rigeligt

Før løbet: Spis et godt morgenmåltid først på dagen og minimum 3-4 timer før løbet. Spis noget, du er vant til at spise og gerne med mange kulhydrater (fx havregryn, lyst brød samt frugt). Det samme gælder for aftenen inden løbet (fx pasta og kartofler). Hvis du stadig er sulten inden løbet, kan du 1,5 time inden spise et let kulhydratrigt måltid (fx en bolle med honning/banan eller lignende).

Under løbet: Indtag kun føde (herunder gel og sukker), hvis du har gjort det under din træning op til løbet.

Efter løbet: Fyld kroppens depoter godt op igen, og sørg for at spise et solidt måltid (fx rugbrød med kødpålæg eller ost).

Drik rigeligt

Før løbet: Det er en god idé allerede aftenen før at drikke 1-2 store glas vand ekstra, og på selve løbsdagen skal du gerne drikke 1-2 liter vand inden løbet. Det skal dog indtages et par timer inden. Aftrap derfor væskeindtaget hen imod løbsstart. Den sidste halve time skal du kun indtage 2-4 deciliter.

Under løbet: Der er 5 væskedepoter på ruten med vand og energidrik, og vi anbefaler at drikke lidt (2-4 deciliter) ved hvert depot. Depoterne er på begge sider af vejen.

Shuttlebusser

Der kører gratis shulebusser mellem Ceres Park og Frederiksbjerg Torv (800 m fra start-/målområdet).



Få styr på din startgruppe

Alle deltagere tjekkes, når de går ind i startgrupperne. Du kan kun starte i den startgruppe, der matcher dit startnummer.

Læg ikke for hårdt ud

Find en fartholder, der passer til dit tempo. Tag udgangspunkt i din realistiske sluttid (RacePace). Du kan se en estimering af din sluttid på Aarhus Motions hjemmeside, hvis du har deltaget i et af vores andre løb. Forsøg at løbe den sidste halvdel af løbet hurtigere end den første – det er afgørende for, at du får et godt løb.



Nyd stemningen

– det giver fornyet energi. Lad høretelefonerne blive hjemme.

Vis hensyn

I er mange løbere, så vis hensyn til hinanden på de smalle passager undervejs. Hold til højre, så andre kan overhale.

Maks løbetid er 3 timer

Herefter er det deltagernes eget ansvar at følge de almindelige færdselsregler.

Hvis uheldet er ude

Kommer du til skade, så henvend dig til nærmeste official.

Trafikinfo

Hold dig opdateret på www.aarhusmotion.dk/trafikinfo.

BESTSELLER
BØRNELOBET 2019



DEN SJOVESTE DAG FOR
BØRNENE 15. JUNI 2019
AARHUS C, RÅDHUSPLADSEN
KLOKKEN 12.00 / 12.30 2 KM

TILMELDING: www.aarhusmotion.dk

UDSOLGT

Lørdag d. 15. juni afholdes det traditionsrige og enormt populære børneløb i forbindelse med BESTSELLER Aarhus City Halvmarathon. Løbet afholdes i samarbejde med Jack & Jones og bliver afviklet i området, hvor det store halvmarathon skydes i gang dagen efter.

BESTSELLER



JACK & JONES

20 KR. AF
TILMELDINGSGEBYRET
GÅR UBESKÅRET TIL
DANSKE
HOSPITALSKLOVNE

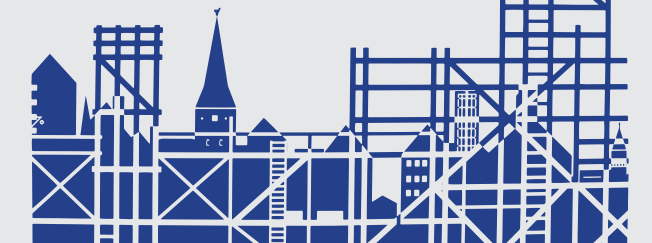
MARS^A_S

www.eventsupply.as

Mobile toiletter fra MARS
Hvor som helst – når som helst

Mars Eventsupply A/S leverer toiletter, hegn, eventvogne og andet til bl.a. Bestseller Aarhus City Halvmarathon og DHL Løbet.

MARS^A_S
STILLADSER



www.stilladser.dk

Mars Stilladser A/S leverer gangbroer, speakertårne, tv-tårne og stilladsportaler til bl.a. Bestseller Aarhus City Halvmarathon og DHL Stafetten.



Aarhus Kiropraktor Center

Løbetræning er ikke kun de bedste sko og det nyeste tøj. Den rigtige træning er endnu vigtigere. Der findes gode løbeprogrammer på internettet, eller du kan få instruktion i din løbeklub. Mange løbere bliver desværre skadet pga. løbetræning.

Aarhus Kiropraktor Center har viden om og mange års erfaring i diagnosticering og behandling af elitesportsudøvere, herunder løbeskader.

Vi tilbyder:

- Kiropraktisk behandling og udredning
- Fysioterapi, genoptræning, pilates og massage
- Biomekaniske analyser for styrke og stabilitet samt løbestilsanalyse
- Røntgenundersøgelse og ultralydsscanning
- Generation 4 Laserterapi
- Bikefit
- Såler



Få dit billede på storskærm

Del dine billeder med os!

#BACH19
#aarhusmotion

Send stemningsvideoer med app'en Mobilvideo og få dine videoklip på storskærm

Gode råd til din væskebalance

- Sørg for at være i væskebalance inden træningens start ved at følge tidslinjen.
- Drik før tørsten for alvor melder sig.
- Sørg for at have fyldte kulhydratdepoter ved at spise et måltid 1-2 timer inden race start og spis f.eks. en banan kort tid inden start.
- Husk at spis selv om sulten ikke er stor pga. nervøsitet eller spænding inden race. Din krop har nemlig brug for benzin til motoren.
- Drik ikke mere end 1,2 liter i timen.
- Tydelig gul/mørk urin og lav urinvolumen er tegn på væskemangel. Omvendt: klar urin og stor urinvolumen er tegn på god væskebalance.

**We're not in the
business of changing
hearts and minds.**

**But if you do decide to
change your lifestyle
we're right behind you.**

- Functional Nutrition

DEN HELT NYE T-CROSS.

Mere end bare en bil.



Cool. Praktisk. Avanceret.

Med T-Cross får du ikke bare en bil. Du får en SUV med masser af rummelighed, stor fleksibilitet, og et højt niveau af standardudstyr, der bl.a. gør T-Cross til en af de sikreste biler i sin klasse. Den kan f.eks. hjælpe dig med at spotte fodgængere og med at bremse i farlige situationer. Så T-Cross er på alle måder meget mere end en bil. Og du kan bestille den fra kr. 199.990.

Vi glæder os til at se dig.

T-Cross fås kontant fra kr. 199.990,-. Forbrug v. bl. kørsel: 16,1-17,2 km/l. CO₂-udslip: 131-140 g/km.  Bilen er vist med ekstraudstyr.



Volkswagen

Volkswagen Risskov Grenåvej 347, 8240 Risskov Tlf. 87 41 85 00 www.vw-risskov.dk



Lad dig overraske – hver dag.



Audi Q3. Priser fra 382.857 kr.*

Audi Aarhus

Grenåvej 347, 8240 Risskov, tlf. 7070 1025, aarhus.audi.dk

B

* Audi Q3 35 TFSI 150 hk. Forbrug v/bl. kørsel: 14,7 km/l. CO₂: 155 g/km. Halvårligt grøn ejerafgift: 890 kr. Bilen er vist med ekstraudstyr.

FA MERE SUV FOR PENGENE



KAROQ fra kun 290.000 kr.

INKL. 3 ÅRS SERVICE- OG REPARATIONSABONNEMENT

PLADS TIL EVENTYR MED FAMILIEN

Oplev den rummelige KAROQ, eller den endnu større KODIAQ med plads til 7 personer. Køber du nu, inkluderer vi service og reparation i 3 år.



ŠKODA

KODIAQ fra kun 375.000 kr.

INKL. 3 ÅRS SERVICE- OG REPARATIONSABONNEMENT

Tilbuddene gælder t.o.m. 30.04.2019

Prisen gælder ved køb af fabriksny ŠKODA KAROQ 1,0 TSI 115 HK & ŠKODA KODIAQ Adventure 1,5 TSI DSG 150 HK. Bilerne er vist med ekstraudstyr. Forbrug v. bl. kørsel km/l 11,2 – 17,5. CO₂-udslip 145 – 210 g/km.  Inkl. service- og reparationsabonnement i 3 år / 45.000km (værdi 5.000 kr.), der kan opsiges med 1 mdr. varsel til udgangen af en måned (min. pris i bindingsperioden 278 kr.). 14 dages fortrydelsesret for abn. Læs øvrige vilkår for abn. på www.skoda.dk/sr.

skoda.dk

ŠKODA Aarhus Grenåvej 347 8240 Risskov Tlf: 87 41 85 00 www.skoda-risskov.dk

MERE END 100 FORENINGER MODTAGER ÅRLIGT STØTTE FRA AARHUS MOTION

2,7 mio. kr. til de østjyske foreninger

137.700 kr. til Ree Park Safaris Karen Blixen Camp i Kenya (til arbejdet med truede dyrearter)

50.000 kr. til H-løbet (løb for handicappede børn)

30.000 kr. til Børnenes Trafikskole

27.790 kr. til Danske Hospitalsklovne

25.000 kr. til Frivilligfesten

10.000 kr. til Aarhus Trailbuilders



“BMI Løb & Motion har gennem flere år hjulpet Aarhus Motion ved mange arrangementer. Vores medlemmer er glade for at hjælpe til ved store events og ”smage” på begivenhederne. Vi bruger bl.a. pengene fra vores officialtjanser som en hjælp til at tilmelde vores løbere til de mange og forskelligartede løb, der er i og omkring Aarhus. I 2018 deltog vi med 577 løbere i ca. 30 løbsarrangementer.”

- BMI Løb & Motion - Thomas Rambusch

“I TRIF-fodbold har vi været heldige at være officials til både Ree Park Safari Run og Riis Skov Trail. Pengene på en del af holdene skal gå til Ikast Cup, hvor TRIF sender fem årgange afsted. Derudover går pengene til ungdomsarbejde i foreningen. Aarhus Motion har helt styr på opgaver og planlægning, så det er ingen sag at sende frivillige til Aarhus Motions arrangementer.”

TRIF – Rikke Baarstrøm

“I Aarhus Skiklub er vi rigtig glade for vores samarbejde med Aarhus Motion. For en mindre klub som vores er pengene et kærkomment tilskud til vores økonomi. Den ekstra indtægt gør, at vi bl.a. kan uddanne instruktører til både alpin og langrendsskiftet. Derudover er det skønt for de deltagende medlemmer at møde hinanden i andre sammenhænge.”

Aarhus Skiklub – Søren Qvist

“Vi har hjulpet til ved Ree Park Safari Run i flere år. De sidste år er pengene bl.a. blevet brugt til DGI's springsikker uddannelse af vores 5 unge instruktører og redskaber til børneholdet. Vi har fx købt en ny airtrack til omkring 40.000 kr.”

- Ebeltoft Gymnastikforening – Line Kristoffersen

TAK, FORDI I ER MED TIL AT GØRE EN FORSKEL!

Løb i verdensklasse
i Odenses gader

HCA Marathon

20. udgave

DM Marathon · ½ Marathon · “Løb de sidste 10” · MiniMarathon

Sæt PR på Skandinaviens hurtigste marathon-rute

29. september 2019

Tilmelder du dig tidligt og efterfølgende bliver skadet
eller forhindret, kan din tilmelding gratis overføres til 2020

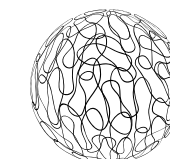
www.hcamarathon.dk

Stor tak til Aarhus Motions sponsorer

BESTSELLER

GARMIN

musikhuset
aarhus



EARLY BIRD!

TILMELD DIG
INDTIL 23. JUNI 2019
FOR KUN 399 KR!



BESTSELLER

Aarhus City Halvmarathon

14. JUNI 2020

TILMELD DIG PÅ AARHUSMOTION.DK