



Instruktion til IFK-løb i Løvbakkerne Øst tirsdag, den 28/4 – 2026

Bemandet fra 11:00-14:30.

Tidtagning med SportIdent. SI-brik kan lånes ved startpersonalet.

Mødested: Sahlholdtvej i Gullestrup - [her](#).

Kortet er revideret i foråret 2026.

De høje hegn i området **må kun passeres gennem lågerne**.

Der har fundet en del udtyndinger sted i området, hvilket har medført mange grendiger. De fleste af dem er på kortet, og der kan tages hensyn til dem i vejvalget.

Langs Hjertestien er der mange steder 'pyntet' op med rødder, som ikke er specielt store, men let genkendelige i terrænet.

Det bliver kun Bane 1, der får dem at se, hvis alle løber bedste vejvalg.

De ser således ud på kortet:



Specialsignatur "pynterod": ✕

Vel mødt.

Leif B Nielsen

Gitte og Torben Isen