



# IDRÆTSFORENINGEN

## Flyvestation Karup

10. MAJ 2026

Ole Johnsen  
[Ifk080851@hotmail.com](mailto:Ifk080851@hotmail.com)  
29904811

## **IDRÆTSMEDDELELSE 15.**

IFK HJEMMESIDE: [www.ifkar.dmif.dk](http://www.ifkar.dmif.dk),

### **Kære (IFK) løber med flere SÅ ER DER IFK TRAILLØB**

Vi gerne vil se dig igen til næste IFK Trailløb **torsdag d. 21. MAJ kl. 12**

Det bliver et fedt løb – med høj himmel - i hyggelige rammer og sammen med gode kollegaer. Bagefter er der grillpølser fra KFUM-bilen og en sodavand, for ikke at tale om de fede lodtrækningspræmier fra Kaiser Sport. Og husk at det tæller med i 100 km Challenge 😊

Kun 50 kr. alt inklusiv, men **GRATIS FOR IFK MEDLEMMER!!!**

Så skynd dig at tage en kollega eller 2 under armen og tilmelde dig til undertegnede på tlf. 11602 eller [fko-f-npt104@fiin.dk](mailto:fko-f-npt104@fiin.dk) SENEST mandag d. 18. MAJ kl. 12:00!!!

**Start/mål:** Start- og mål området er på forsiden af hallen (bygn. 30). Starten går kl. ca. 1205.

**Velkomsttale og løbsintro:** Vi holder en kort velkomsttale/løbe intro for jer kl. 1200 foran indgangen til bygn. 30. Herefter går starten, så sørg for at have klaret alt hvad der skal klares inden da.

**Ruten:** Der løbes på MTB/Trail ruten med start og mål foran bygn 30. Der løbes med uret og ruten er markeret med 1000+ orange flag og de nye rutestolper. Der bruges hvid minestrimmel – SOM IKKE MÅ KRYDSES. Ruten er lige nu meget flot og ryddet, men græsset gror vildt, så løb gerne en tur eller to på ruten og hjælp os med at vedligeholde sporet.

**Indskrivning:** Kom forbi indgangspartiet på bygn. 30 fra kl. 11.15 og i god tid inden kl. 1200.

**(HJÆLP os ved at komme i god tid.)**

**Bad & omklædning:** Nap et varmt bad i hallen bagefter.

**Tidtagning:** Vi noterer IKKE sluttider – så hvis du gerne vil have en tid, må du selv tage den.

**Væske:** Brug vandhanerne i hallen. Der udleveres ingen vand (drikkevand) udendørs eller ude på ruten.

**Mad:** KFUM "Kuffe" vognen kommer og serverer lækre grillpølser samt sodavand udenfor fra ca. kl. 1245.

**Præmier:** Der vil være fede lodtrækningspræmier fra Kaiser Sport.

**Betaling:** **Ikke IFK-medlemmer betaler 50 kr. til Mads Rahbek via MobilePay nr. 61271916 eller kontant.** Løbet er gratis for IFK-medlemmer.

**Løbsregler:** Vi opfordrer til FAIRPLAY ved at tage hensyn og hjælpe hinanden så meget som muligt ude på ruten. Adviser gerne ved forbi-løb. Vi løber på eget ansvar.

**Vejret:** Vi har bestilt dejligt sommervej med fuglefløjt og duft af skovbund, for at sætte stemningen. Lad os se om det holder. Uanset hvad, så nyd det!

**Vi glæder os til at se og løbe med jer! VI VIL SÅ GERNE VÆRE 100 LØBERE**

Opsummeret:

Kl. 1115-1155: Indskrivning og udlevering af startnumre ved start/mål.

Kl. 1200: Velkomsttale ved start/mål.

Kl. 1205: Starten går.

Kl. 1245: "Kuffe-vognen" serverer grillpølser og sodavand

Kl. 1315: Lodtrækningspræmier udtrækkes.

**Dansk Militært Idrætsforbund har den 10. april 2026 afholdt forbundsmesterskab i IPSC.**

Her er resultaterne.

I alt var der 41 tilmeldte skytter på tværs af de forskellige divisioner, som alle skulle igennem de 14 opsatte stages. Stævnet blev i år arrangeret af Vordingborg Garnisons Idrætsforening (VGI), der stod for en professionel og gnidningsfri afvikling af det omfattende set up. Se øvrige resultater på DMIF hjemmeside

Production: Nr. 1 Mads Andersen, IFK, **TILLYKKE MADS**