

## Skagen marathon d. 5 – 7 oktober med Danfoss marathon club

Vi var 43 løbere/ heppere der tog afsted til Skagen marathon fredag morgen kl. 07.00

Der var allerede fra starten, god stemning i bussen. Vi lavede undervejs et pit stop, hvor vi fik lidt rundstykker og kaffe.



Efter indkvartering på Danhostel, i øvrigt et meget flot vandrehjem. Var der tid til lidt shopping/ besøg i Skagen by, inden vi skulle afhente vores startnumre i Skagen fritids og kulturhus.

Aftensmaden på vandrehjemmet var rigtig god marathonmad, nemlig flæskesteg med brun sovs. Efter maden var der afgang til foredrag med Gitte Karlshøj, et meget inspirerende foredrag om træning, skader og motivation.



Lørdag morgen stod vi op til alletiders løbevejr, så efter indtagelse af et dejligt morgenbord. Var der afgang til de forskellige løb 5,5/ 11 / 21 og 42 km, ruterne foregik i og omkring Skagen by/ den

tilstandede kirke og ud mod grenen. For mit vedkommende skulle ½ marathon ruten løbes 2 gange.



til

Vi var så heldige at have en cyklende hepper med turen, nemlig Peter som var blevet skadet. Det var dejligt med et opmunterende tilråb under løbet.



Efter løbet samledes vi på Skagen bryghus til en fortjent sejrsl.



Tilbage på vandrehjemmet samledes vi i opholdsstuen til en snak om løbet.



Under middagen var det tydeligt at folk var lidt i væskeunderskud, så der blev drukket et glas vin eller to. Peter var selvskreven som toastmaster, vi skulle jo have fremhævet de gode præstationer. En virkelig hyggelig aften.



Det jeg specielt vil fremhæve er at vi havde 5 piger med på marathon distancen, heraf 3 som debutanter (sejt)



Efter morgenmaden søndag morgen, skulle bussen pakkes. Hvor vi herefter havde en udflugt i og omkring Skagen. Med en lokalguide (en skagbo) vi var ude og se den tilstandede kirke, Grenen og Råbjergmølle.



Endnu engang en god tur med klubben, og tak til deltagerne for godt humør og god stemning på turen.

Mvh Knud



