

Region Nordjylland – 9. juli 2023 – Rebild

Vejret var skyfrit, 20-27 grader og uden vind. Ruten bød på ganske få meter med skygge, ligesom depotet kun havde pavillonen til at udgøre skygge.

Ruten lignede lidt gårsdagen; Ca. 450 hm på marathon, der blev udgjort af 6 omgange eller rettere 5 omgange med et vendepunkt på 6. omgang. Underlaget var skov-/grusstier, græs og en snas asfalt. 12-14 dyrelåger, 4-5 broer, 2 dyreriste og 1 gang trædesten over Ravnkildens udløb mod Gravlev Sø blev det også til. Uanset hvor man befandt sig på ruten, var det rent postkortlandskab og Danmark, når det er smukkest. Endnu engang havde Maria Hummeluhr og Rite Bjerregaard været så søde at finde denne perle af en rute til os for foden af Rebild Bakker og akkurat nord for Rold Skov.

Undervejs kom Malene ud med 60 sodavandsis til os, hvilket faldt i aldeles god jord. I mål var der 2 x kagemænd for at fejre, at Birgitte Langballe løb sit marathon nr. 200 som afslutning på sine 5 på 5 dage. Stort tillykke.

I lighed med de foregående dage og foregående år som afslutning blev mange af løberne efter målgang og hyggede med øl, vand (fra kilden), kage og oprydning i depot ved at heppe de resterende løbere i mål. Nogle slog tiden ihjel ved at hoppe et smut i vandet, hvilket også var tiltrængt i varmen.

Pbv. Af Marathon Danmark takker og bukker vi os dybt for deltagelsen, hjælpsomheden og det skønne humør, uagtet bakker, varme og en kamp med blod, sved, tårer og fald. 30 gennemførte alle 5 dage med en blanding af rene marathon, rene halve og en kombination. I er alle behårde og har leveret formidable og beundringsværdige præstationer.

Sune Hundebøll: <https://www.sh-site.dk/regionsloeb-14/?fbclid=IwAR35ZgH2OmWBwdOJHecAbvWDTgx9xz7PxVNEvrdGK2r5QyC8QtIrhmOFvr8>



Marathon:	Tid:	Kl.
Birgitte Langballe	06:28:37	830
Ella Lissner Kuhlman	06:42:17	830
Hans Lindhøj Nielsen	06:55:00	830
Jens Mogensen	04:52:52	830
Karl Andersen	04:54:49	830
Kenneth Badensø	04:58:42	830
Kim Høxbro	06:55:00	830
Kira Maibøll	05:30:26	830
Kurt Andersen	05:40:16	830
Lisbeth Olsen	06:28:37	830
Lone Friis	05:04:20	830
Maria Hummeluhr Kristensen	05:52:55	830
Morten Bunch	04:50:33	830
Paw Jeppesen	04:48:38	830
Per Foss	04:56:24	830
Rita Bjerregaard	05:52:55	830
Stig Kuhlman	06:42:17	830
Brian Jørgensen	04:04:13	900
Claus Jeslund	04:02:58	900
Claus Sørensen	04:54:49	900
David Bredo	04:09:39	900
Helle Frost Martinussen	04:52:57	900
Henrik Birkedal	04:19:14	900
Jakob Diget Pedersen	04:52:52	900

Lone Gutheil	04:33:53	900
Mike Vangsted	04:40:45	900
Rasmus Ladefogd	03:41:35	900
Sune Hundebøll	04:22:49	900
Ulrik Pihl	04:27:27	900
Warny Saurbrey	04:50:33	900

Halv:		
Alice Ravn	03:10:37	
Jan Pharao	02:33:52	
Jes Ottosen	02:37:37	
Kenneth Lindum	03:23:45	
Kirsten Bonde	03:00:23	
Lasse Christensen	02:34:32	
Lucas Pugerup	01:55:50	
Mette Jensen	03:23:08	
Morten Brogaard Jakobsen	02:22:29	
Niels Rossen	02:34:31	
Palle Nielsen	02:59:21	
Susanne Jørgensen	03:23:08	
Thomas Eul	DNF	
Tina Forsmann	02:59:18	
Tina Lindum	03:23:45	
Vibeke Norvin	02:14:50	