



SILKEBORG 26. - 27. MAJ 2018

Nordisk eXtrem Maraton er 2 dage med storslåede oplevelser og eventyr. Det er "bjerg-løb" i Danmarks største skovkompleks og i noget af landets smukkeste natur!

Igennem 2 dage bevæger deltagerne sig over bakker, gennem dale, krydser moser og sumpe, passerer Gudenåen og oplever fantastiske udsigter. Der overnattes i en idyllisk Night Camp ude i det fri mellem etaperne, holdene er selvforsynende undervejs – en oplevelse og et stort eventyr!

ETAPE - TRAIL (SOLO)

■ XT25 - EXTREME TRAIL

Solo trail og terræn løb over 2 etaper på en weekend. Ca 25 km trailløb fordelt over de 2 dage. Der overnattes mellem 1. og 2. etape i Night Camp. De fleste vil kunne gennemføre distancen (som løb eller som gåtur).

■ XT50 - EXTREME TRAIL (Ultra)

Solo trail og terræn løb over 3 etaper på en weekend. Etape 1: ca. 22 km – Etape 2: ca. 6 km (nat) – Etape 3: ca. 22 km. Der overnattes mellem 2. og 3. etape i Night Camp. De fleste der har løbet længere distancer som fx. 10 km, ½-maraton vil kunne gennemføre distancen.

O-LØB (i TEAM af 2)

■ X35 - Ca. 2 x 17,5 km fugleflugt

Relativ let orientering på kort. Der er relativ få poster på ruten, men det kræver stadig, at man kan læse et kort for at gennemføre denne distance.

■ X35 Svær - Ca. 2 x 17,5 km fugleflugt

Svær orientering på kort. Der vil være mange poster på ruten. Og det kræver gode orienteringskundskaber at gennemføre denne distance.

■ X50 - Ca. 2 x 25 km fugleflugt

Mellemsvær orientering på kort. Man skal have relativ gode orienteringskundskaber for at gennemføre denne distance.

■ X70 - Ca. 2 x 35 km fugleflugt

Svær orientering på kort. Der vil være mange poster på ruten. Det kræver gode orienteringskundskaber at gennemføre denne distance. Denne distance er hård!

■ X8H - 8 timers pointløb **NYHED**

Orienteringen på kort. Med en tidsgrænse på 4 timer pr. dag, gælder det for holdet om at nå flest mulige af banens poster. Posterne vil variere i sværhedsgrad. Denne distance kan løbes af alle. De bedste når rigtig mange poster mens nybegynderne kan tage dem, de kan nå.