

Tag med på Gruppegåtur

Lørdag d. 9. november - 2024

En dag med hyggeligt samvær og oplevelser i det naturskønne Hammer Bakker



Juniorspejderne fremviser deres loyalitet til Aalborg

Lørdag d. 9. november drager vi sammen ud i et nyt initiativ i Aalborghus Gruppe, nemlig en årlig gruppegåtur. Da gruppegåturen er åben for alle gruppens spejdere, forældre og søskende, giver denne en unik mulighed for at mærke spejderlivet på egen krop.

Deltagende spejdere kan gå sig til et flot 5, 10, 20, 30 eller 50 km mærke til uniformen 😊

I forbindelse med gruppegåturen vil der blive afholdt grentur for Minierne på Borgen og for Troppen i Lynghytten, der ligger 10 minutters gang fra Borgen. Information herom findes i separat invitation.

Tidsplan:

Fra	Tid		Distance		Bemærkning
	Ank.	Afg.	5-30 km	50 km	
Gården	06:00	06:05		0	Start for 50 km
FDF-hytten 'Borgen'	10:45	11:00	0	20	Start for 5, 10, 20 & 30 km.
	12:30	12:40	5	25	Kort pause på Borgen.
	14:10	14:50	10	30	Fælles frokost på Borgen.
	17:40	18:00	20	40	Pause på Borgen.
	20:00	20:10	30	50	Slut

- Vi holder korte pauser ca. hver 5. kilometer.
- Kl. 14.10, efter ankomst til Borgen, afholdes der fælles frokost med forplejning.
- Medbring ca. ½-1 liter drikkevand, som kan genopfyldes i de store pauser.
- Deltagere skal selv arrangere transport til og fra. Dette bør være ligetil da alle milepæle har ankomst og afgang fra Borgen (Adresse og anden praktisk info på næste side.)
- OBS!: Mini, mikro og familiespejdere skal være ledsaget af en voksen.



Praktisk info:

Adresse:

Alle der vil gå mellem 5 og 30 kilometer mødes kl. 10.45 ved spejderhytten Borgen, som har følgende adresse:

Vandstedvej 20, 9310 Vodskov

De garvede der går med på 50 kilometer mødes kl. 05.45 på Gården – som selvfølgelig er **Lilletoften 6, 9000 Aalborg.**

Pakkeliste til gåturen:

- En let taske
- Pandelampe
- Tøj til vejret
 - o Gode gå-sko. Til lange ture som denne anbefales gummisko, da de er væsentligt lettere end vandrestøvler, med forbehold for at vejret er til det.
 - o Let regnjakke.
- Vanddunk, min. ½ til 1 hel liter. Et drikkesystem med vandblære kan anbefales
- Snacks. Dette kan f.eks. være:
 - o Lille pose trailmix med nødder, rosiner osv.
 - o Myslibarer
 - o Én eller to juicebrikker.

OBS: Har man Mini eller Tropsspejdere som skal på weekendtur findes en separat pakkeliste til disse ture i de dertilhørende invitationer.

Tilmelding og priser:

Tilmelding foregår via vores hjemmeside. Der laves en fælles tilmelding for gåturen og de to weekendture. Tilmelding til gåturen har to variationer:

Gåtur på 5 kilometer – uden frokost: 10 kr. pr. pers. (Fælles frokost afholdes efter 10 kilometer)

Gåtur på 10 kilometer eller derover – inklusiv fælles frokost: 35 kr. pr. pers.

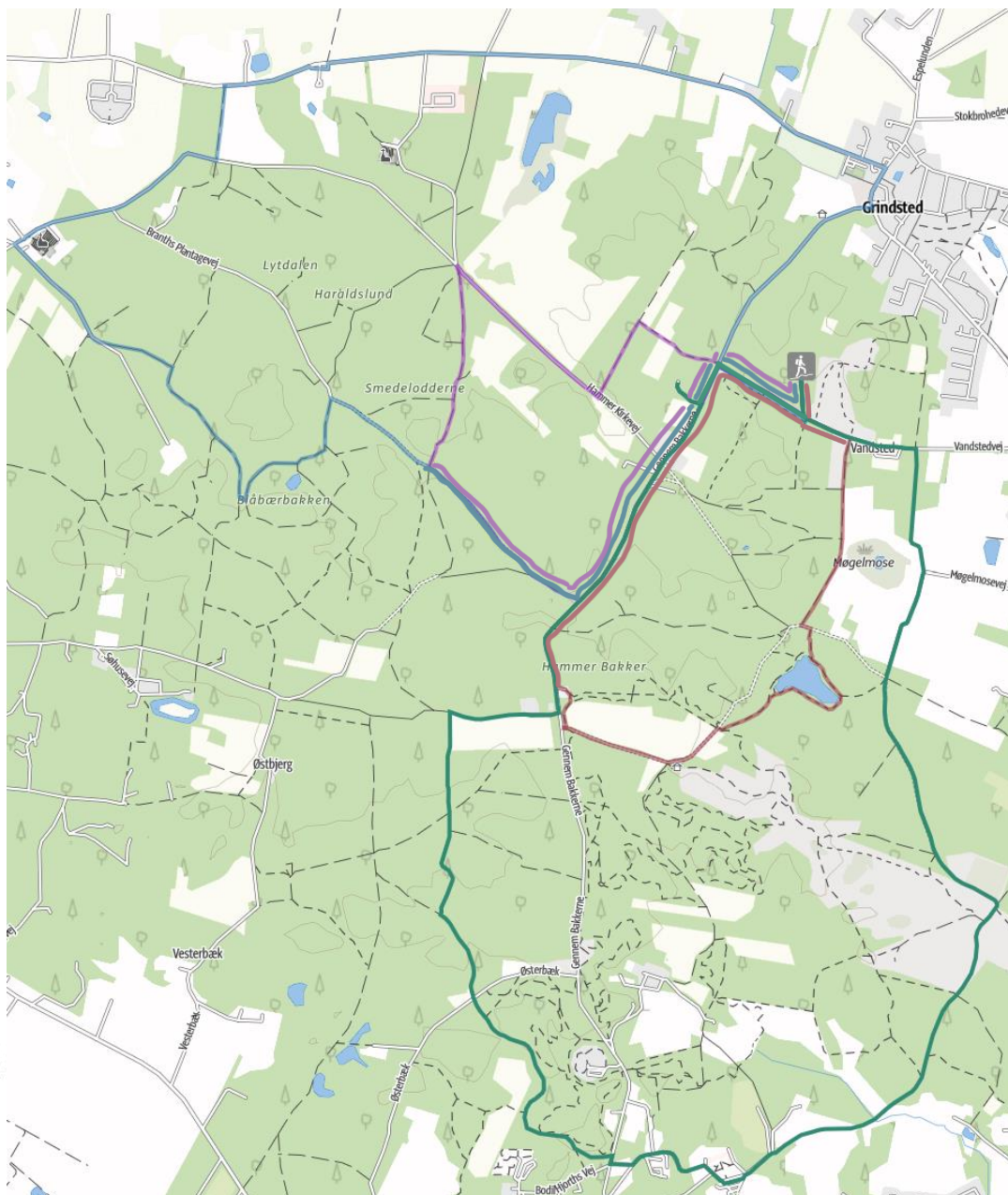
Prisen dækker et vandremærke og den fælles frokost.

Yderligere:

Ønsker man at deltage for hyggens og fællesskabets skyld uden at tage på en længere vandretur, leder vi efter frivillige til at stå for at forberede den fælles frokost. Vi køber ind dertil og faciliterer at det kan tilberedes 😊



Ruter – 5 til 30 km.



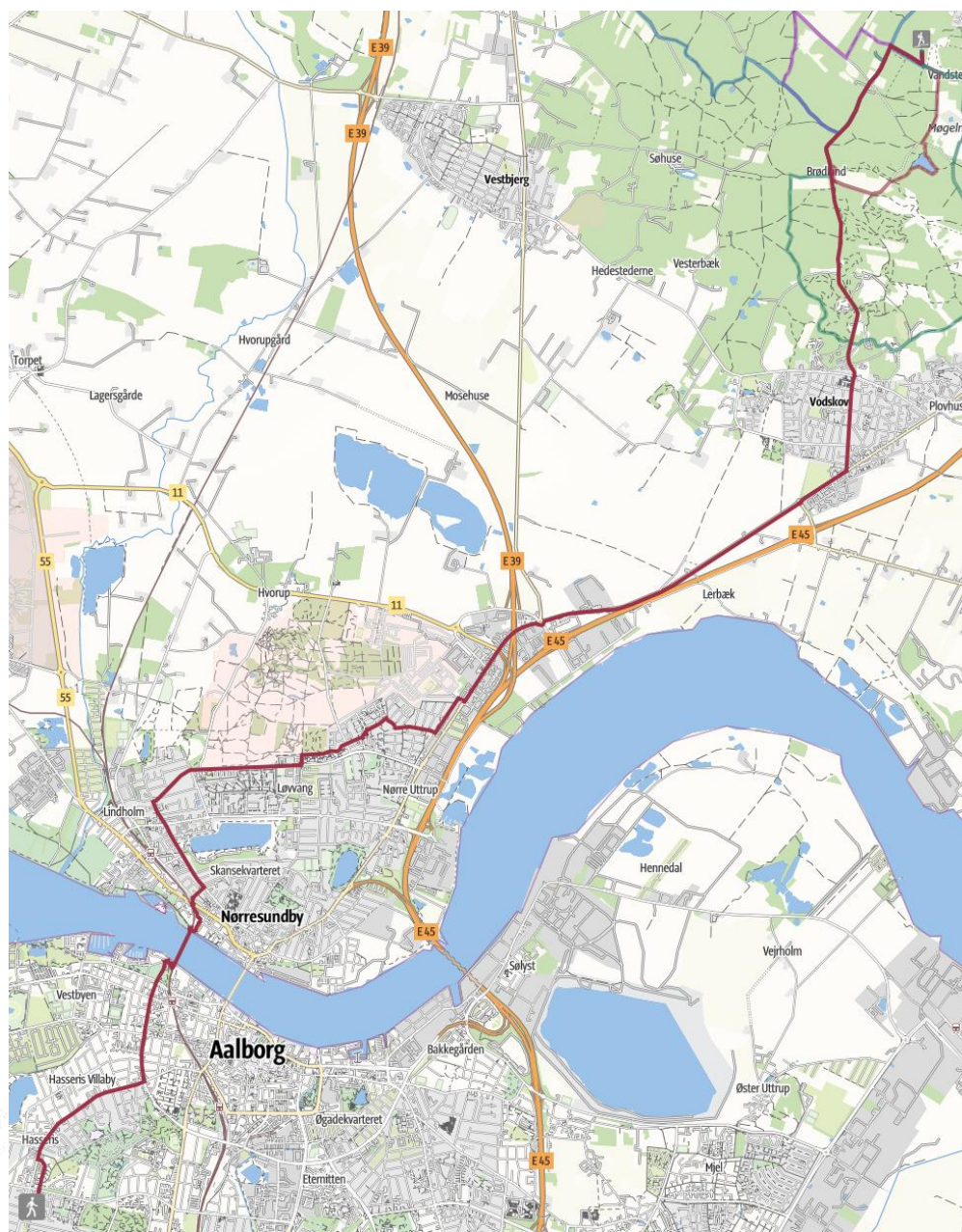
Fra kl. 11 går startskuddet for alle der vil gå mellem 5 og 30 km. Det kommer til at foregå således at alle ruter starter fra FDF hytten Borgen, og ender ved borgen igen. Efter hvert komplette loop er det derved let at drage hjemad igen. De fire ruter vi kommer til at gå, er markeret på kortet. Herunder ses den rækkefølge vi går ruterne i, og hvor lange de er:

- Rød rute – 5 km
- Lilla rute – 5 km
- Blå rute – 10 km
- Grøn rute – 10 km

Går man alle fire ruter ender man altså ud med et flot 30 km mærke.



Ruter – 50 km.



Til de helt hardcore, og lidt ældre spejdere, har man mulighed for at gå hele 50 km. Det sker ved at vi starter fra Gården kl. 6 om morgenen, og drager nordpå mod hammer bakker. Når vi ankommer til Borgen ca. kl. 11 har vi tilbagelagt 20 kilometer, og er klar til at mødes med resten af dagens vandrere.

Da denne rute kun er for de garvede, forventer vi et lidt højere tempo, og for at holde tidsplanen skal vores pace for disse første 20 km være på omkring 4 km/t.

OBS: 50 km mærket anbefales kun til tropsspejdere og de ældste Junior spejdere.

