

# BI NEWS

Nummer 500 21.01. 2018

[www.bi-sport.dk](http://www.bi-sport.dk)



Bamseprojektet  
Bi-sport.dk



## Multisport - kalender 2018

### Open Water

Viking Svøm – Roskilde – juni (2500m)

Krøger stafetten – Slotsholmen – august (4x500m)

Christiansborg Rundt – v. Den Sorte Diamant – august (2000m)

Amager Open Water – Amager Strandpark – ultimo august (2, 5 ell. 10 km)

### Stairrace

Berlin Firefighter Stairrun – Alexanderplatz

### Triathlon

Deloitte Øresund Triathlon – Charlottenlund – juni (halv distance , incl. Stafetten, Duathlon og sprint distancen)

Ironman Elsinore/Kronborg – Helsingør, Kronborg - juni (½ ironman)

Kalkgravstriatlon – Karlslunde – juni (1500 svøm, 40 cykel, 10 løb)

Stevns Jernmand – Stevns – juni (½ jernmand eller 1/4 jernmand)

KMD 4-18-4 – Amager Strandpark – august (400m svøm– 18km cykling - 4km løb)

Ironman Copenhagen – august (3,8km svøm – 180km cykling - 42.195km løb) - solo eller stafet

5150 Ironman Aarhus - Aarhus - september (Short Course Triathlon)

### X-terra Duatlons/Triatlons (forskellige distancer)

Gribskov – forår

Tisvilde – juni

Møns Klint – september

Blåvand – september

Efter gennemført løb skriver I til mig og vedhæfter kvitteringen. I vil herefter modtage refusion jf. reglerne.

**HUSK: I SKAL tilmelde jer som medlem af Brandvæsenets Idrætsforening og bruge BI's sportstøj ved konkurrencen for at kunne opnå refusion!**

Skriv gerne til mig hvis I har spørgsmål til årets aktivitetskalender, eller gode ideer til fremtidige løb.

Med håbet om at I alle får en god sæson!

Kristoffer, BI Multisport ([kristoffer.espinosa@yahoo.dk](mailto:kristoffer.espinosa@yahoo.dk) – tlf.: 22781516)



**Multisport\*:** Triatlon★Duathlon★Adventure race★Openwater★Stair race★Orienteringsløb; Ski, Golf, Motion, Bjerghklub, Cykling, Mountainbike, Floorball, Dykning, Skydning, Ergometerroning

