



KMD IRONMAN 70.3 Elsinore 17/6 20

Søndag den 17. juni bød på EM i halv IRONMAN i Helsingør.

Distance var 1,9km svøm / 90km cykel /21.1 kr i løb.

Gennem hele perioden op til stævnet havde vi haft masser af varme/sol og ingen regn.

Desværre var vejrudsigten var dyster, op til 20 mm regn i løbet af dagen i Helsingør.

Heldigvis skal man ikke tro på de der metrologer ☺. Det blev kun til lidt dryp på cykelruten.

Svømmeruten zigzaggede fint gennem havnebassinet, en meget lang T1, før man kunne kaste sig på cyklen, via en flot cykelrute. Først en forholdsvis flad tur nordvest for Helsingør. Efter ca. 65 km vi ramte atter Helsingør. De sidste 25 km var en rundstrækning omkring Gurre sø. Der blev den lille klinge også blev brugt ☺.

Efter en noget kortere T2, manglede "bare" de 21.1 km løb, gennem Helsingørs bymidte med de mange gågader, samt selvfølgelig rundt om Kronborg. Løberuten var meget publikumsvenlig, derfor også mange, der heppede hele vejen rundt på de 6,5 km, der blev tilbagelagt ca. 3,5 gange.

Et veltilrettelagt EM - stævne med IRONMAN organisationen.



Vores tider blev:

KMD Kronborg	Svøm (1,9 km)	Cykel (90 km)	Løb (21,1 km)	Samlet tid
Benjamin Gullev	37:51 + (T1=5:48)	2:29:07 + (T2=3:03)	01:50:04	05:05:51
Thomas B. Jakobsen	39:17 + (T1=6:49)	2:45:25 + (T2=2:41)	01:52:48	05:22:42
Jimmy Schou	47:09 + (T1=9:21)	2:42:56 + (T2=5:01)	02:06:17	05:50:42
Kim J Jørgensen	52:38 + (T1=10:10)	3:01:51 + (T2=5:40)	02:18:55	06:29:12

Tekst: Kim J Jørgensen Foto: Frank Nielsen

