

Hjælp til selvhjælp – en guide til Garmin Fenix 3. Lynguide:

13.05 søn. 15. mar. batmanricky-lone.dk

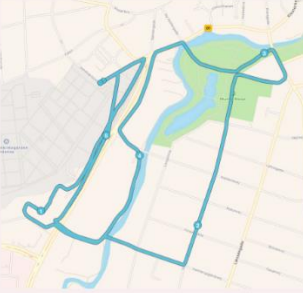
Hak Agoda | H... Sportstimi... Google Ov... www.isleo... my.race|re... runnersfu... Ruter - ...

BATMANRICKY & LONE Marathon Lovers

Ruter og GPX-filer

City Ruten


City ruten er beregnet som vinterrute, idet ruten er oplyst af gadelygter hele vejen. Det er i Odense Centrum. Der er 1 trappe som passeres for hver omgang. Det opfordres til at løbe i 1 række og overholde færdselsreglerne. Der er flere veje som krydses eller der løbes på.



City ruten
Ruten er ikke opmærket. Der er mulighed for følgeskab i 2 tempo. Det ene tempo vil altid være bagtrop.

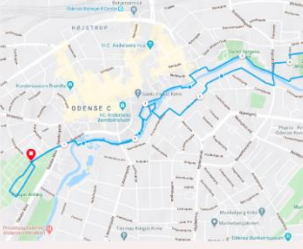
Link til ruten på Garmin connect
<https://connect.garmin.com/modern/course/30999976>

Ruten er 5,3 km og løbes i byen. Følg link på **nedestående billed** for adresse og kørselsvejledning. Alternativt "højre klik og vælg "åbn i ny fane".




Albani Ruten

Albani ruten er en af sommerruterne. Den løber langs Odense Å i Odense Centrum. Eventyrhaven gennemløbes både ud og hjem og der løbes bagom Albani bryggeri og igennem. Det opfordres til at løbe i 1 række og overholde færdselsreglerne. Der er flere veje som krydses eller der løbes på.



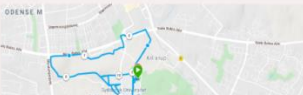
Albani ruten
Ruten er ikke opmærket. Der er mulighed for følgeskab i 2 tempo. Det ene tempo vil altid være bagtrop.
Link til ruten på Garmin connect:
<https://connect.garmin.com/modern/course/3093650>

Der løbes på snoede grus, asfalt, fortov og stier. ruten er 7,1 km og løbes 3 gange for halvmaraton og 6 gange for maraton.
Følg link på **nedestående billed** for adresse og kørselsvejledning. Alternativt "højre klik og vælg "åbn i ny fane".



SDU

Her er mulighed for mange sjove kombinationer af ruter. Det opfordres til at løbe i 1 række og overholde færdselsreglerne. Der er flere veje som krydses eller der løbes på.



SDU 2 sløjfer af ca. 5 km
Start og mål er på Atletikbanen under overdækningen. Der er vand lige ved depot-bordet. Ruten er ikke opmærket. Der er mulighed for følgeskab i 2 tempo. Det ene tempo vil altid være bagtrop.

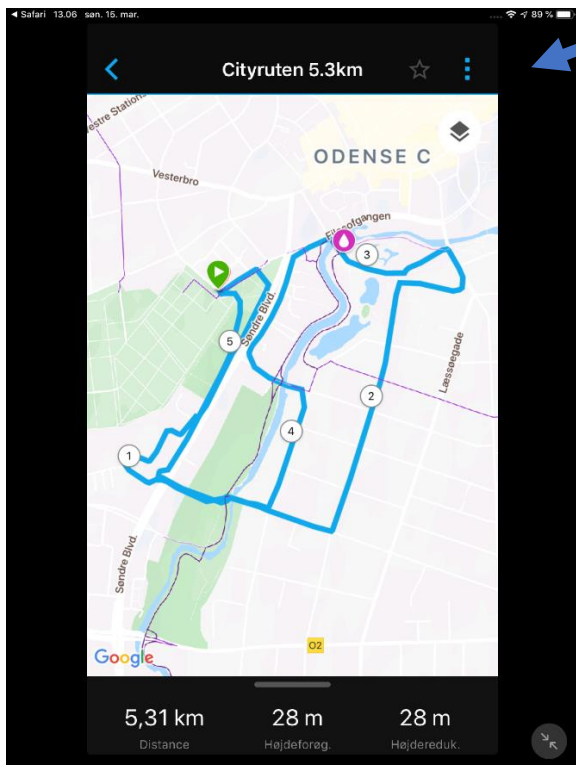
Gå til hjemmeside "batmanricky-lone.dk" vælg side "Ruter" og tryk på link for den pågældende rute, den pågældende dag.

På motionsløb.dk vil link til ruten også findes og der trykkes på linket.

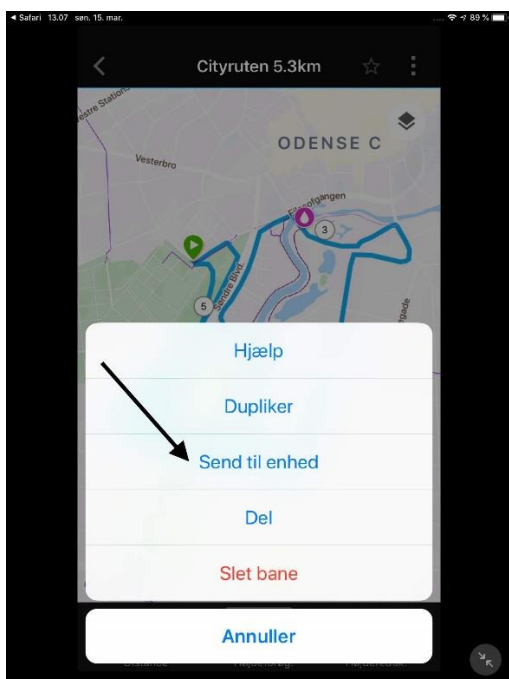
Garminurets bluetooth og/eller wifi skal være slået til, og Garmin Connect skal være installeret på IOS-enhed.

Efter tryk på link åbnes ruten i Garmin Connect.

De 3 prikker oppe i højre hjørne, skal der trykkes på.



Herved fremkommer en menu. I denne menu trykkes "send til enhed".



Overførelsen bør udføres automatisk. Ellers prøv "Guide til overførelse af ruter" i stedet.

Alt er på eget ansvar. Batman Cannonball Marathon er ikke til rådighed for service eller hjælp. Ved problemer må man selv finde løsningen.