

I DID IT

**THE BIG
ROAD BOOK**

Coast 2 Coast

2026



Coast 2 Coast

Coast2Coast

Velkommen til Coast2Coast 2026 - Danmarks måske største natlige motionsevent.

På årets længste fredag glæder vi os til at sende mere end 2.350 glade, motiverede og eventyrlystne deltagere afsted på tværs af Vendsyssel. Uanset om du starter i Skallerup eller Hirtshals, venter der dig en helt særlig oplevelse gennem den lyse midsommernat med kurs mod Frederikshavn og Palmestranden, hvor solen kl. 04:16 står op over Kattegat. Vi glæder os utrolig meget til at give dig en fantastisk oplevelse og skabe de bedste rammer for en nat fyldt med motion, fællesskab og gode minder.

Coast2Coast handler om oplevelsen - Bag Coast2Coast står vi – Kent og Rico. Vi brænder for at skabe events, hvor fællesskab, oplevelser og hygge er i centrum.

Ingen af os har nogensinde været blandt de hurtigste løbere, og derfor var beslutningen om at gøre Coast2Coast til et event uden tidtagning faktisk ganske nem. Her handler det ikke om placeringer eller personlige rekorder. Det handler om at nyde turen, natten og fællesskabet med tusindvis af andre motionsglade deltagere.

Derfor er Coast2Coast – og bliver ved med at være – et event uden tidtagning.

Når natten begynder – Kl. 22.22 (21.21 for ultraløberne på 61 km) lyder startskuddet til den 13. udgave af Coast2Coast.

Vi håber, du vil nyde hvert eneste skridt gennem den vendsysselske midsommernat, de mange hyggelige depoter undervejs og de fantastiske frivillige, som står klar til at hjælpe dig hele natten.



Husk at sende dem et smil, et "tak" eller måske en highfive, når du passerer. De er en uvurderlig del af Coast2Coast og medvirker til, at vi år efter år kan skabe denne helt særlige oplevelse.

Morgenmad ved målstregen – Ved Palmestranden i Frederikshavn står vi klar til at tage imod dig.

Solen står op klokken 04.16, og når du kommer i mål, venter der et stort morgenmadsbord med blandt andet æg, pølser, bacon og naturligvis en varm kop kaffe.

Og skulle du ikke nå frem samtidig med solen, så fortvivl ikke. Vi bliver på Palmestranden helt frem til klokken 08.00, så alle deltagere får den samme varme velkomst ved målstregen.

Mød os undervejs - Vi gør vores bedste for at være synlige og tilgængelige gennem hele arrangementet. Kent tager imod jer i Skallerup, mens Rico som regel befinder sig lidt her,

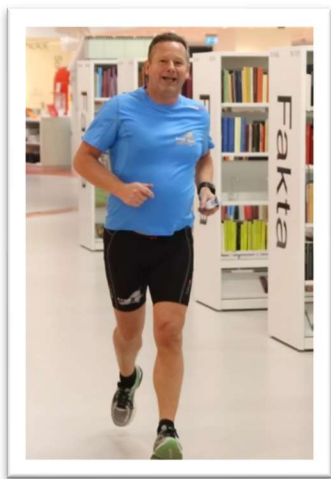
der og overalt. Han starter aftenen på Palmestranden, smutter en tur forbi Hirtshals for at ønske Ultraløberne en rigtig god tur, hvor turen kort efter går mod Skallerup for at skyde Coast2Coast 2026 i gang kl. 22:22

Når alle deltagere er sendt godt afsted, hopper vi begge i bilen og kører rundt på ruten for at hilse på deltagerne, besøge depoterne og de frivillige gennem natten. Til sidst samles vi igen på Palmestranden for at tage imod de mange deltagere, der krydser målstregen.

Kom endelig hen og sig hej, hvis du møder os undervejs. Vi tager gerne en snak, hører om din oplevelse – eller stiller op til en selfie.

Vi ønsker dig en fantastisk nat og en uforglemmelig tur på tværs af Vendsyssel.

De bedste Coast2Coast hilsner: *Kent Jørgensen & Rico Eiersted*



Indholdsfortegnelse:

- KORT & GODT – TAK, 1000 TAK
- Coast2Coast EVENTS
- Program
- Pasta Party på Palmestranden
- Udlevering af startnummer
- Depoter
- Oversigtskort
 - Palmestranden
 - Skallerup
 - Hirtshals
- Distance info
- Bus eller Cykel -transport
- Cykelparkering
- Bagage
- Ruterne
- Finisher t-shirt
- Bagtrop på 61 km Ultra og 135 km MTB
- Parkering
- Vi er forhindret og kan ikke deltage
- Ændre navn / Overdrage startnummer
- BEMÆRK VENLIGST – Deltagelse på eget ansvar mv.



Find os her

- Web: www.coast2coast.nu
- Mail: info@coast2coast.nu
- Facebook: www.facebook.com/coast2coastdenmark
- Instagram: www.instagram.com/coast2coastdk
- Sportstiming: www.sportstiming.dk/coast2coast
- YouTube: www.youtube.com/@coast2coastdanmark580

Adresser

- **START** - Skallerup: Nordre Klitvej 21, 9800 Hjørring
- **START** - Hirtshals: Hirtshals Fyr, Kystvejen 1, 9850 Hirtshals
- **50 km & 61 km Bike & Run CYKELPARKERING** - Gårestrupvej 179, 9800 Hjørring (+ca 500 meter)
- **MÅL** - Palmestranden: Nordre Strandvej, 9900 Frederikshavn

KORT & GODT – TAK, 1000 TAK

WE DID IT

Coast2Coast

2026

1000 TAK TIL ALLE SPONSORER & SAMARBEJDSPARTNERE

Palmestranden * Skallerup Seaside Resort * Sport 24 * Spar Nord Frederikshavn

Strandby Tornados Floorball * LIUF-LØB

CS-City Stilladser * Dagli'Brugsen Strandby * Bilhuset Hjørring * Restaurant Bones - DS Elcobyg

Strandby VVS-Energi * Bangsminde Maskinstation * Hjørring Stilladsudlejning * Viva Stillads Frederikshavn

Sæby Festservice * Meny Kaffe Strandby * JC Turistbus Aalbæk * Grindsted Flytteforretning * Restaurant Jerrys

Bindlev Spejderne * SHI's Venner * Maskinrummet Skagen * Kræftcaféen Skagen * Højene Spejderne
Vitamin Well Danmark * Hundelej Friskole * Nemizis * Vendsyssel Friskole * Poulstrup Friskole * Tordenskioldsgården
Team Berlin * Støtteforeningen for Hirtshals Fyr * Sjøv på Strandby Havn * Vendelbo Y's Men's Club
Astrup/Sønderskov Friskole * Sindal Idrætsforening * Hvide Klit Golf * Støtteforeningen Hospice Vendsyssel

Coast2Coast EVENTS

Ved siden af **Coast2Coast** har vi året igennem en lang række andre events, samt flere løb hvor vi giver en hånd med.

- Martec 1/2 Marathon (3-4 løb hen over året)
- Walk the Coast – 5 etaper (3 i maj og 2 i august)
- Strandby Sommerløb
- Coast2Coast on Tour - Stavanger Marathon
- Læsø Ultra
- Nordjysk Juleløb – Frederikshavn
- Nordjysk Juleløb – Hjørring
- Coast2Coast 2026 – D. 19. Juni
- Skagen Marathon
- Skagen Odde Ultratrail
- HYROX Simulation ved CrossFit Frederikshavn
- Dana Cup Run



I kan finde link til de forskellige events på www.sportstiming.dk/coast2coast



Program

Coast2Coast Raceday

- 17:00 - Palmestranden, Hirtshals & Skallerup åbner
- 17:00 - Palmestranden åbner for cykelaflevering og startnr. udlevering
- 17:00 - Skallerup åbner for startnr. udlevering
- 17:00 - Hirtshals Fyr åbner for startnr. udlevering
- 17:00 - Gårestrupvej åbner for cykelparkering og startnr. udlevering
- 18:00 - Pasta Party på Palmestranden
- 19:00 - Første bus afgår fra Palmestranden mod Skallerup & Hirtshals
- 19:30 - Cykeltransporten afgår mod Skallerup og Gårestrupvej
- 19:45 - Sidste bus afgår fra Palmestranden mod Hirtshals
- 20:15 - Sidste bus afgår fra Palmestranden mod Skallerup
- 21:21 – 61 km Utra sendes afsted fra Hirtshals Fyr
- 22:22 - Solen går ned og starten går fra Skallerup mod Palmestranden
- 02:00 – Palmestranden er klar til at modtage de første deltager i mål
- 04:16 - Solen står op
- 07:00 - Målområde & madteltet lukker ned (Vi gemmer lidt i varmekasser hvis en enkelt ikke er kommet i mål)
- 08:00 - Coast2Coast teamet takker af for i år, vi ses igen d. 18. juni 2027

Pasta Party på Palmestranden ☺



Hvis ikke du allerede har styr på kulhydraterne inden nattens strabadser, så kan vi varmt anbefale vores lækre Pasta Party på Palmestranden fredag aften

Menuen serveres FRA kl 18:00 – 20:00 og består af en god portion pasta skruer, rigtig lækre hjemmelavet kødsauce, toppet med rucolasalat, parmesanost og dertil en iskold sodavand eller alkoholfri øl.

Vi vil RIGTIG gerne at I bestiller på forhånd så vi har en idé om hvor meget vi skal lave.

Har du ikke allerede bestilt, så kan det gøres ved at overføre på MobilePay 39118 mrk. "ordre ID + Pasta"

Prisen er 95 kr.

Finisher T-shirt

- Årets Finisher t-shirt er en super lækker t-shirt fra Endurance med Coast2Coast logo på bryst og vores fede 'I did it' logo på ryggen efterfulgt af årstal.
- **T-shirten koster 215 kr. i forsalg og 275 kr. på dagen.**
- Finisher T-shirten udleveres på dagen kun på Palmestranden.
- Det vil være muligt at købe på dagen, her har vi et begrænset parti hjemme. Slipper det op bliver der bestilt og eftersendt.



Udlevering af startnr

Vi har 3 forskellige muligheder for at få sit startnummer udleveret og det har ingen betydning hvilket man vælger:

- **Forsendelse:** Ved tilmelding kan man bestille forsendelse og få hele jeres ordre sendt lige til din nærmeste Pakkeshop. Vi pakker hele din ordre og sender i en pakke. Bemærk at uafhængte pakker som vi får retur vil først kunne hentes på dagen og udleveres mod et gebyr på 50 kr.
- **Udlevering fra Sport 24:** eller I kan hente det i en af de 3 SPORT 24 Outlet butikker vi kommer rundt i. Her vil I også kunne lave tilkøb i form af:
Bustransport, cykeltransport, Finisher T-shirt osv. - Betaling foregår kontant eller MobilePay
BEMÆRK VENLIGST at Sport24 lægger "kun" butik til og har intet med udleveringen at gøre
- **Afhentning på dagen:** det er selvfølgelig også muligt at hente sin bestilling på dagen.
Her skal man blot hente, der hvor man skal starte.
Dvs har man bestilt transport, så henter man selvfølgelig på Palmestranden (her kører busserne jo fra)

Udlevering i SPORT 24 Outlet i 2026 sker følgende dage:

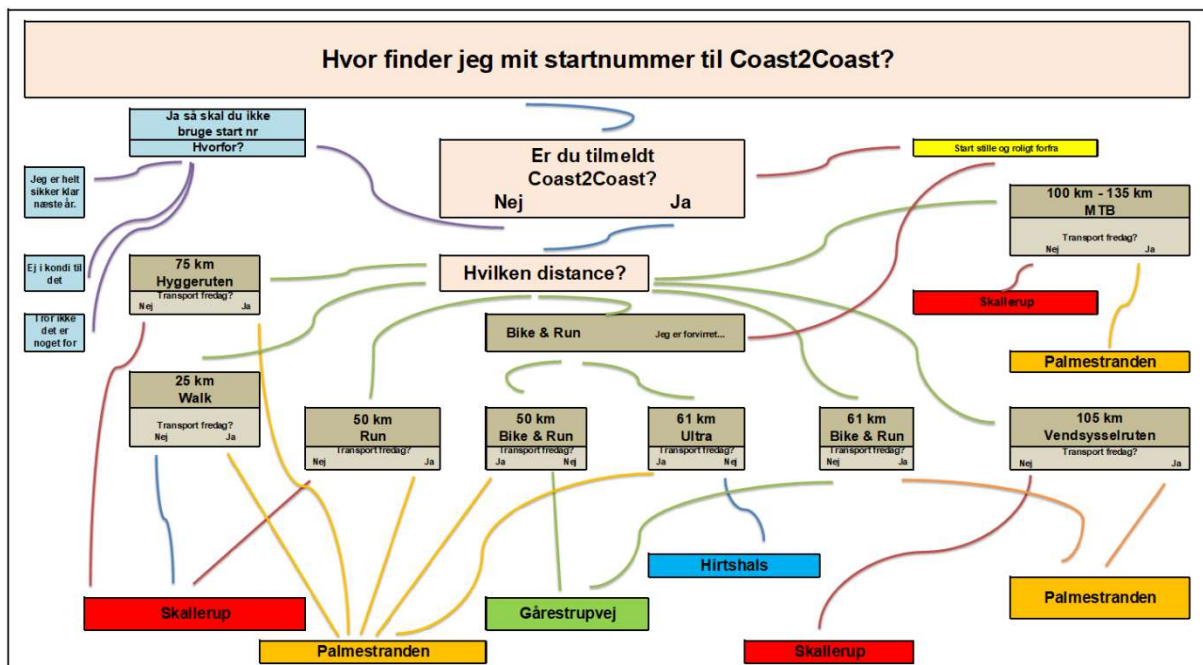
- 11. maj 14:30-17:30 – SPORT 24 Outlet – Hjørring – Frederikshavnsvej 87
- 12. maj 14:30-17:30 – SPORT 24 Outlet – Aalborg Storcenter – Nibevej 11
- 13. maj 14:30-17:30 – SPORT 24 Outlet – Frederikshavn – Hjørringvej 161A
- 26. maj 14:30-17:30 – SPORT 24 Outlet – Frederikshavn – Hjørringvej 161A
- 27. maj 14:30-17:30 – SPORT 24 Outlet – Hjørring – Frederikshavnsvej 87
- 28. maj 14:30-17:30 – SPORT 24 Outlet – Aalborg Storcenter – Nibevej 11

Afhentning af startnumre på selve dagen er selvfølgelig også en mulighed

- 17:00 – 22:22 - Skallerup
- 17:00 – 20:15 - Palmestranden
- 17:00 – 22:22 – Hirtshals Fyr
- 17:00 – 21:30 - Gårestrupvej 179 (+ 500 meter)

Her finder I jeres nr. på dagen:

- har I bestilt bustransport fredag aften, så vil det være på Palmestranden
- er I på Bike & Run **UDEN** transport, vil I finde det på Gårestrupvej
- har I **IKKE** transport, så vil det være ved Skallerup (eller Hirtshals hvis I har start her)



Depoter

50 km

- 0 km – Skallerup
- 7 km – Gårestrupvej (Cykeludlevering)
- 12 km – Højene
- 18 km – Astrup
- 25 km – Sindal
- 31 km – Mosbjerg
- 36 km – Bollerhede
- 41 km – Øster Holmen
- 45 km – XL Byg Elling
- 50 km – Palmestranden

75 km Hyggeruten

- 0 km – Skallerup
- 10 km – Hundeleve
- 26 km – Højene
- 31 km – Astrup
- 37 km – Sindal
- 45 km – Hørmested
- 48 km – Mosbjerg
- 53 km – Bollehede
- 57 km – Jerup
- 66 km – Strandby Havn
- 70 km – XL Byg Elling
- 75 km – Palmestranden

100 km MTB

- 0 km – Skallerup
- 21 km – Hirtshals
- 42 km – Bindslev
- 69 km – Bunken
- 87 km – Jerup
- 97 km – Strandby Havn
- 102 km – Palmestranden

25 km Walk

- 0 km – Skallerup
- 1 km – Nørlev (ind i busserne)
- 1 km – Sindal (ud af busserne)
- 6 km – Mosbjerg
- 10 km – Bollehede
- 16 km – Øster Holmen
- 20 km – XL Byg Elling
- 25 km – Palmestranden

61 km

- 0 km – Hirtshals
- 8 km – Tornby Strand
- 17 km – Gårestrupvej (Cykeludlevering)
- 22 km – Højene
- 28 km – Astrup
- 35 km – Sindal
- 41 km – Mosbjerg
- 46 km – Bollehede
- 52 km – Øster Holmen
- 56 km – XL Byg Elling
- 61 km – Palmestranden

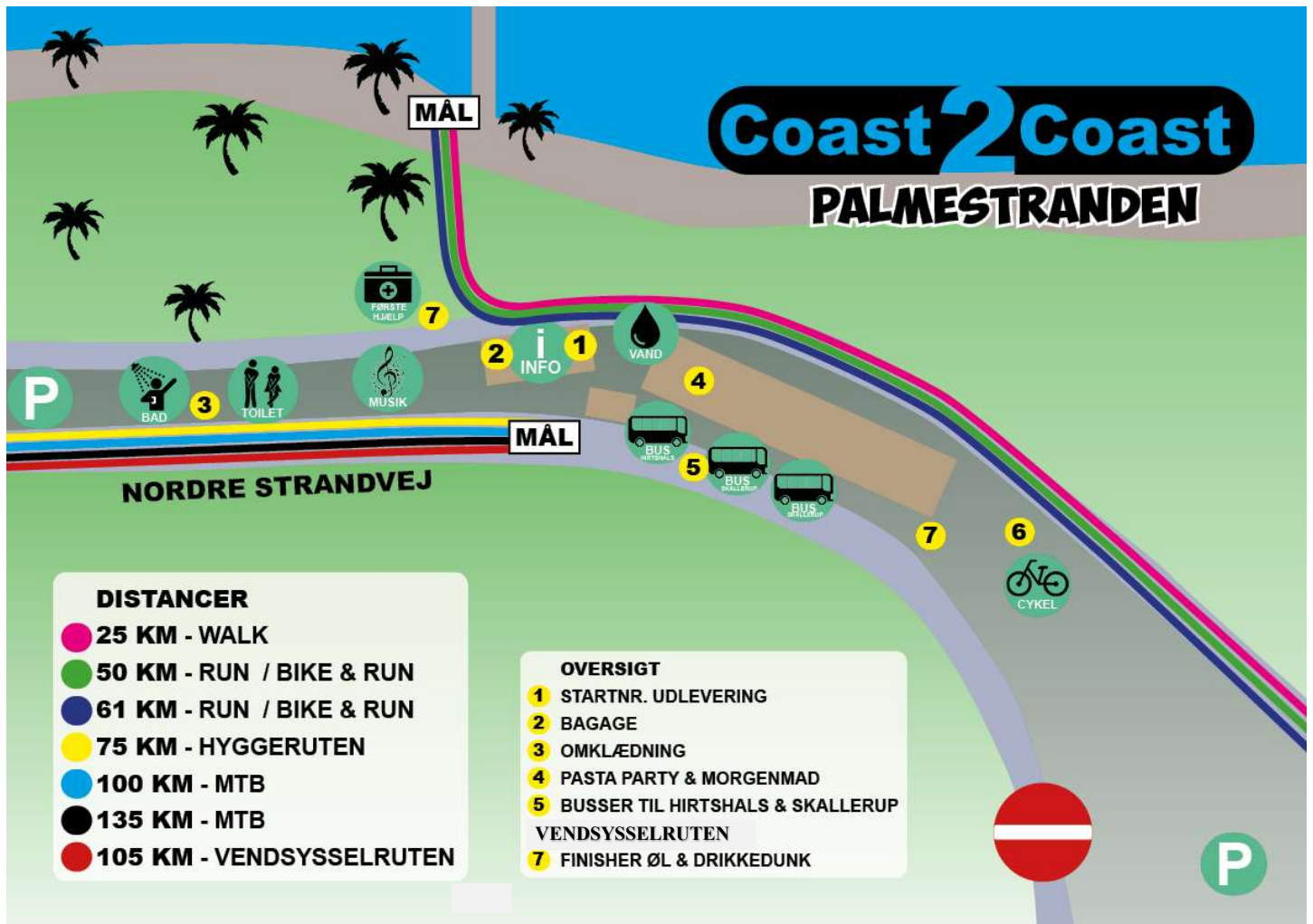
105 km Vendsysselruten

- 0 km – Skallerup
- 11 km – Hundeleve
- 26 km – Højene
- 41 km – Hirtshals
- 59 km – Bindslev
- 67 km – Sindal
- 75 km – Hørmested
- 79 km – Mosbjerg
- 84 km – Bollehede
- 90 km – Jerup
- 98 km – Strandby
- 105 km – Palmestranden

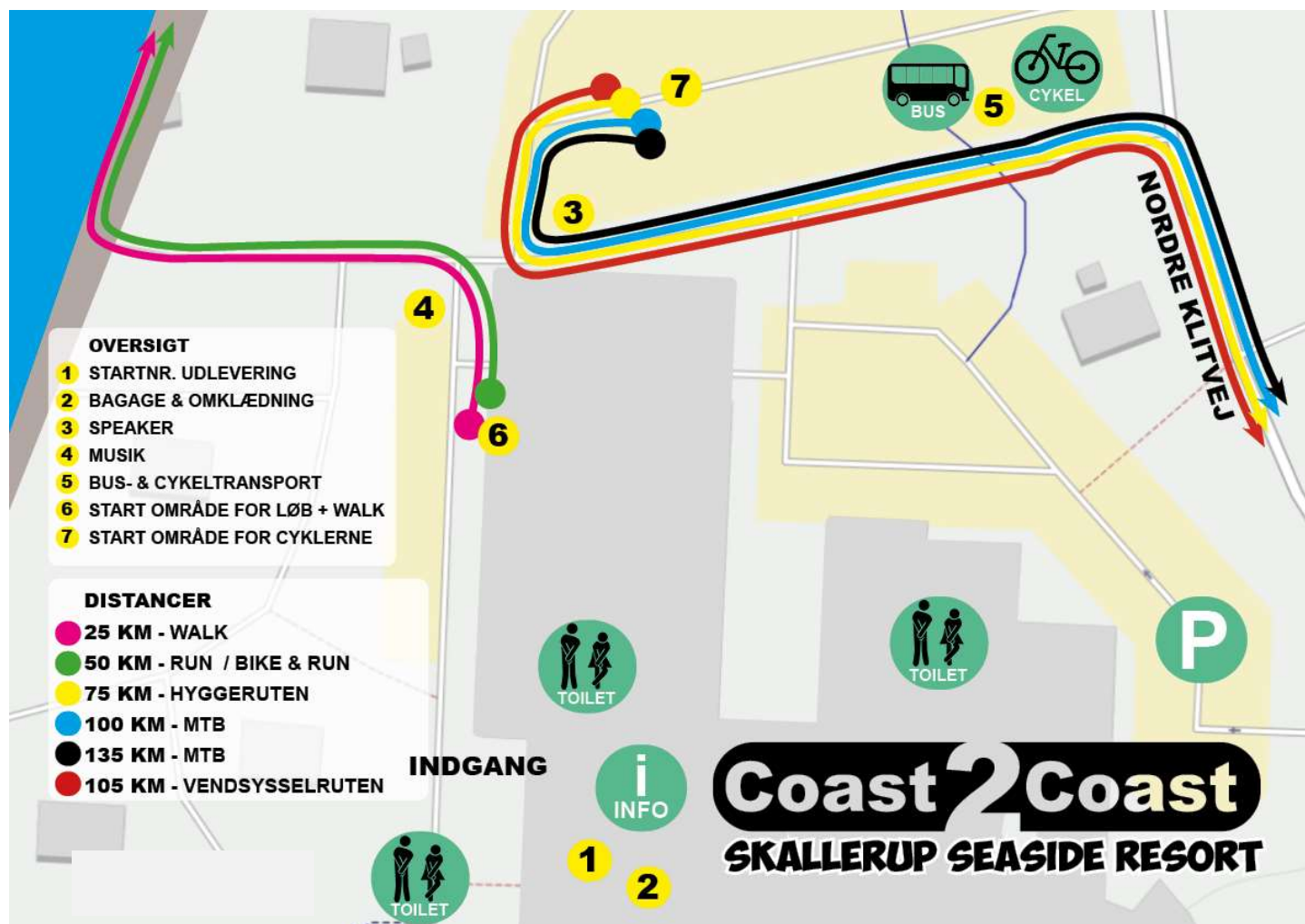
135 km MTB

- 0 km – Skallerup
- 21 km – Hirtshals
- 42 km – Bindslev
- 69 km – Bunken
- 83 km – Skagen v/Maskinrummet
- 103 km – Bunken
- 122 km – Jerup
- 131 km – Strandby Havn
- 136 km – Palmestranden

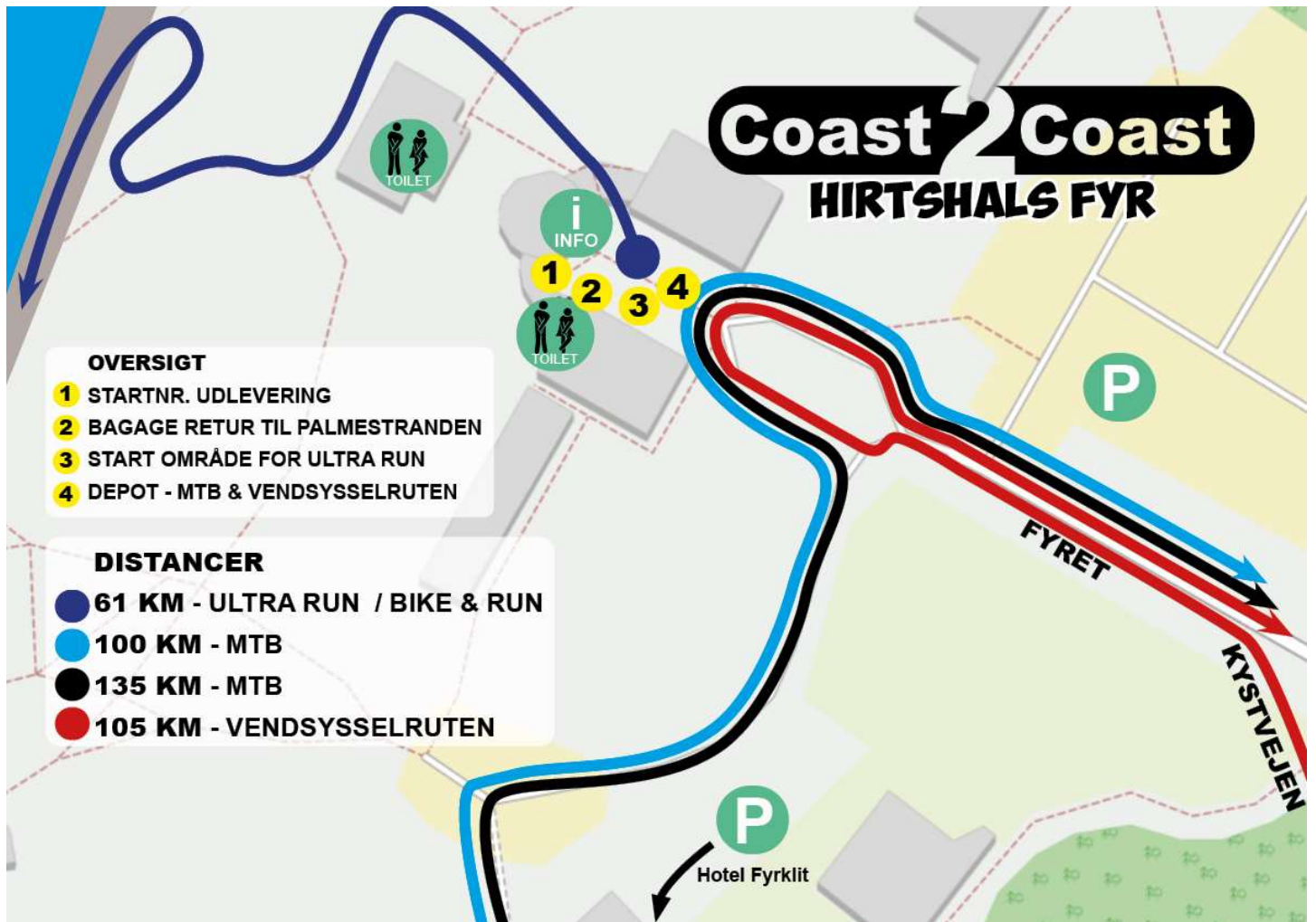
Oversigtskort - Palmestranden



Oversigtskort – Skallerup



Oversigtskort - Hirtshals



Sådan finder du vej til Coast2Coast

Coast2Coast er ikke som alle andre løb/events, vi tager jo som bekendt ikke tid på jeres gennemførelse og derved, kan man jo med ro i maven tage sig god tid til at gennemføre ens distance.

Vi har heller ikke den opmærkning som man kender fra mange andre løb/events, vi har dog placeret nogle enkelte store, skilte rundt om på ruten, men vi lægger det der imod op til deltagerne selv at sætte sig ind i ruten på forhånd og derfor har vi så til gengæld gjort lidt ekstra ud af de mange link til distancerne.

Sådan man kan hive dem ind i netop det system/program man selv synes om at bruge.

Er man slet ikke til alt det tekniske, så find nogle venner, nye som gamle i flokken og slå jer ifølge med dem.

- 25 km WALK
- 50 km Run
- 50 km Bike & Run
- 61 km Ultrarun
- 61 km Bike & Run
- 75 km Hyggeruten
- 100 km MTB
- 135 km MTB
- 105 km Vendsysselruten



Download af ruterne som GPX fil



Ønsker man ruterne som gpx-fil, så kan de hentes fra de forskellige platforme:

- Ride with GPS
- Garmin Connect
- Strava

Find alle distancerne her under.

Ride with GPS - Google Maps – Garmin Connect - Strava

Ride with GPS

- 25 km Walk – 1. Etape → <https://ridewithgps.com/routes/41575846>
- 25 km Walk – 2. Etape → <https://ridewithgps.com/routes/35015767>
- 50 km → <https://ridewithgps.com/routes/33621157>
- 61 km Ultra → <https://ridewithgps.com/routes/43941621>
- 75 km Hyggeruten → <https://ridewithgps.com/routes/35013165>
- 100 km MTB → <https://ridewithgps.com/routes/33616263>
- 135 km MTB → <https://ridewithgps.com/routes/33617554>
- 105 km Vendsysselruten → <https://ridewithgps.com/routes/50650934>



Google Maps:

Her kan man danne sig et samlet overblik over alle ruterne på kryds og tværs af Vendsyssel, man kan zoome ind på kortet og se depoterne placering, ligeledes er der tegnet en del toiletter og parkeringspladser på kortet



- Total oversigt: <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=18Vtv4wzhlfawllv7RYGtAZy3Wa8&usp=sharing>
- 25 km WALK: <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=17h0ORkarmSgthzQCsoPIb6MzORnOmkM&usp=sharing>
- 50 + 61 km Run + Bike & Run: <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1Hgaatuxhv-WiXUWpSjcmkYbmr4ZbYic&usp=sharing>
- 75 km Hyggeruten: <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1KNQHtk79O9Q4iou6eRDeUpOesE4k3dY&usp=sharing>
- 100 + 135 km MTB: <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1aLq9mtbFIPsydzp8tekYK3HfJecEMA&usp=sharing>
- 105 km Vendsysselruten: https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=10FRttIXE2mHpCu_y5yKV8nk15OhhJrE&usp=sharing

Garmin Connect:

- 50 km Run: <https://connect.garmin.com/modern/course/170013595>
- 61 km Ultra Run: <https://connect.garmin.com/app/course/472490741>
- 75 km Hyggeruten: <https://connect.garmin.com/app/course/472494190>
- 105 km Vendsysselruten: <https://connect.garmin.com/app/course/472495216>
- 100 km MTB: <https://connect.garmin.com/app/course/472495813>
- 135 km MTB: <https://connect.garmin.com/app/course/472496147>



Strava:

- 50 km Run: <https://www.strava.com/routes/3105220180777784956>
- 61 km Ultra Run: <https://www.strava.com/routes/3234826470941534514>
- 75 km Hyggeruten: <https://www.strava.com/routes/3105220890318403184>
- 105 km Vendsysselruten: <https://www.strava.com/routes/3234826027562667306>
- 100 km MTB: <https://www.strava.com/routes/3234826877923634482>
- 135 km MTB: <https://www.strava.com/routes/3234827113755909522>



INFO OM DISTANCERNE

25 KM - WALK

- Startsted: Skallerup – kl. 22:22
- Se ruten – 1. etape: <https://ridewithgps.com/routes/41575846>
- Se ruten – 2. etape: <https://ridewithgps.com/routes/35015767>
- Her finder du dit startnummer på dagen:
 - Palmestranden – HVIS du **HAR** bestilt transport.
 - Skallerup – HVIS du **IKKE HAR** bestilt transport.
- 25 km WALK starter sammen med de øvrige startende fra Skallerup
- Starten går via stranden, 4-500 meter og videre ad Nørlev Strandvej, hvor man på toppen møder man en række busser. De kører jer videre til startstedet i Sindal hvor første depot venter. Busserne kører først når bagtroppen er inde i bussen og de giver chaufføren klar signal. Turen fra Sindal til Palmestranden foregår ad samme rute som 50 + 61 km løberne senere hen vil benytte. Derved vil der i løbet af natten komme liv bag fra når de hurtige løbere begynder at vise sig på turen.
- God tur, hyg jer og nyd turen

50 KM - RUN

- Startsted: Skallerup – kl. 22:22
- Se ruten: <https://ridewithgps.com/routes/33621157>
- Her finder du dit startnummer på dagen:
 - Palmestranden – HVIS du **HAR** bestilt transport.
 - Skallerup – HVIS du **IKKE HAR** bestilt transport.
- 50 km ruten starter med en tur på stranden hvor de første par kilometer løbes, herefter en kort bakke inden det går af grusvej mod Gårestrupvej, herfra er det asfalt hele vejen til Palmestranden.
- Rigtig god tur, nyd den og hyg jer.

50 KM – BIKE & RUN

- Startsted: Skallerup – kl. 22:22
- Se ruten: <https://ridewithgps.com/routes/33621157>
- Her finder du dit startnummer på dagen:
 - Palmestranden – HVIS du **HAR** bestilt transport, enten til cyklen eller til dig selv.
 - Gårestrupvej – HVIS du **IKKE HAR** bestilt transport.
- Indlevering af cyklen:
 - Palmestranden – HVIS du **HAR** bestilt transport.
 - Gårestrupvej – HVIS du **IKKE HAR** bestilt transport.
- 50 km Bike & Run er den samme som 50 km Run, ruten starter med en tur på stranden hvor de første par kilometer løbes, herefter en kort bakke inden det går af grusvej mod Gårestrupvej, herfra er det asfalt hele vejen til Palmestranden. De første 7 km løber man begge sammen, inden man når til Gårestrupvej hvor man får sin cykel udleveret
- Mange deltagere følges af natten igennem, andre har mere travlt hvor den ene cykler i forvejen og stiller cyklen på et i forvejen aftalt sted.
- Rigtig god tur, nyd den og hyg jer.

61 KM – ULTRA RUN

- Startsted: Hirtshals Fyr – kl. 21:21
- Se ruten: <https://ridewithgps.com/routes/43941621>
- Her finder du dit startnummer på dagen:
 - Palmestranden – HVIS du **HAR** bestilt transport.
 - Hirtshals – HVIS du **IKKE HAR** bestilt transport.
- 61 km ruten starter med ca 12km på stranden fra Hirtshals Fyr mod Nørlev Strandvej hvor man bliver blandet ind i alle 50 km løberne som starter fra Skallerup en time senere, nemlig kl 22:22 herefter følges man ad mod Palmestranden. Ud over de 12 km på stranden er resten asfalt løb
- Rigtig god tur, nyd den og hyg jer

INFO OM DISTANCERNE

61 KM – ULTRA BIKE & RUN

- Startsted: Hirtshals Fyr – kl. 21:21
- Se ruten: <https://ridewithgps.com/routes/43941621>
- Her finder du dit startnummer på dagen:
 - Palmestranden – HVIS du **HAR** bestilt transport.
 - Gårestrupvej – HVIS du **IKKE HAR** bestilt transport.
- 61 km ruten starter med ca 12km på stranden fra Hirtshals Fyr mod Nørlev Strandvej hvor man bliver blandet ind i alle 50 km løberne som starter fra Skallerup en time senere, nemlig kl 22:22 herefter følges man ad mod Palmestranden. Ud over de 12 km på stranden er resten asfalt løb.
- De første 17 km løber man begge sammen, inden man når til Gårestrupvej hvor man får sin cykel udleveret
- Mange deltagere følges af natten igennem, andre har mere travlt hvor den ene cykler i forvejen og stiller cyklen på et i forvejen aftalt sted.
- Rigtig god tur, nyd den og hyg jer

75 KM – HYGGERUTEN

- Startsted: Skallerup – kl. 22:22
- Se ruten: <https://ridewithgps.com/routes/35013165>
- Her finder du dit startnummer på dagen:
 - Palmestranden – HVIS du **HAR** bestilt transport, enten til cyklen eller dig selv.
 - Skallerup – HVIS du **IKKE HAR** bestilt transport.
- God tur, hyg jer, nyd turen og husk nu, masser af lys på cyklen.

100 + 135 KM - MTB

- Startsted: Skallerup – kl. 22:22
- Se 100 km ruten: <https://ridewithgps.com/routes/33616263>
- Se 135 km ruten: <https://ridewithgps.com/routes/33617554>
- Her finder du dit startnummer på dagen:
 - Palmestranden – HVIS du **HAR** bestilt transport, enten til cyklen eller dig selv.
 - Skallerup – HVIS du **IKKE HAR** bestilt transport.
- Fra Skallerup går det mod Hirtshals, videre mod Bindslev og Bunken Klitplantage. Ved Bunken depot drejer 100 km MTB-ruten til højre og kører mod Palmestranden. 135 km MTB-ruten drejer til venstre og sætter kursen mod Skagen hvor depotet ved Maskinrummet venter. Efter Skagen går det atter mod Bunken hvor man får Bunken depot at føle endnu en gang. Nu er man igen tilbage på '100 km' ruten, herfra går det mod Jerup, videre mod Strandby og langs klitterne til målet på Palmestranden
- Begge distancer køres på en god blanding af grus, skovstier, cykelstier og asfalt
- **HOLD SÆRLIGT ØJE MED:**
 - Kæder hen over skovstierne
 - Trafikken på hovedvejen lige før Skagen
- Rigtig god tur til jer alle der skal med her

105 KM - VENDSYSSELRUTEN

- Startsted: Skallerup – kl. 22:22
- Se ruten: <https://ridewithgps.com/routes/50650934>
- Her finder du dit startnummer på dagen:
 - Palmestranden – HVIS du **HAR** bestilt transport, enten til cyklen eller dig selv.
 - Skallerup – HVIS du **IKKE HAR** bestilt transport.
- 105 km Vendsysselruten kører fra Skallerup mod Hundeleve hvor første depot findes og videre mod Hjørring og Hirtshals Herefter videre forbi Bindslev, Mosbjerg, Bollehede, Jerup og Strandby, inden Palmestranden er i sigte
- Kan I alle have en helt igennem fantastisk tur i den Nordjyske Midsommer Nat

BAGTROP

For at være nogenlunde sikre på, vi får alle med i mål, så har vi **BAGTROP** på distancerne:

- 61 km Ultrarun
- 135 km MTB

Deres opgave er at sørge for at komme sidst og at få de bagerste med i mål.

Dvs. at hvis man holder sig til ruten, så vil I blive "samlet op og hevet med i mål"

Vi har udstyret vores bagtropper med en lille GPS tracker, så vi kan følge med i, hvor langt de er.

BEMÆRK VENLIGST at når de kommer igennem depotet, så giver de depotfolket besked om bagtroppen er igennem, det vil sige at holder I jer ikke til den rute som bagtroppen følger eller afviger for den, så kan de ikke garantere at de ikke kommer foran jer og derved lukker depotet når de kommer igennem.

FØRSTEHJÆLP

I målområdet vil man kunne finde Nordjyllands Beredskab til at hjælpe med den del.

HUSK ved akut hjælp, så ring da 1-1-2

FØRSTEHJÆLP til cyklen

Vi har ikke cykelmekaniker på ruten, så gør lige jer selv den tjenste at kigge cyklen lidt efter inden I begiver jer afsted til Coast2Coast.

Medbring gerne en ekstra slange eller lappegrej. Selv om I måske ikke selv kan skifte den, så kunne det jo være hjælpen var der blandt en af de andre deltagere 😊

HUSK NU AT FÅ STYR PÅ LYSET – Der bliver mørkt og det er lovpligtig at have lys på cyklen

Bagage

Har du bagage, så er det muligt at få fragtet, fra henholdsvis Skallerup & Hirtshals efter starten kl. 22:22

Bagagen skal indleveres omkring vores INFO område, samme sted hvor der er startnummer udlevering og vil efter I er kommet i mål på Palmestranden være at finde i vores INFO telt på Palmestranden.

HUSK at sætte tydeligt navn osv. på jeres bagage og BEMÆRK VENLIGST at alt håndtering og opbevaring af bagagen sker på eget ansvar.

Bus -Transport

Bus - Transport:

Fredag aften fra Palmestranden til Skallerup eller Hirtshals

- 19:00 - Første bus afgår fra Palmestranden mod Skallerup
- 19:15 - Første bus afgår mod Hirtshals
- 19:45 - Sidste bus afgår mod Hirtshals (Husk der er start kl. 21:21 i Hirtshals)
- 20:15 - Sidste bus afgår mod Skallerup
-

Busserne kører som de er fyldt til og der er ingen fast bus man skal med.

Deltagere til Hirtshals stiller sig ved skiltet "Bus til Hirtshals" og bliver anvist en bus så snart de er nok til at fylde en.

Cykel - Transport

Cykel – Transport fra Palmestranden fredag aften:

- til **Gårestrupvej** (50 km Bike & Run – 61 km Bike & Run) – **Afgang kl 19:30**
- afleveres i god tid ved lastbilen med det grønne skilt med teksten "Gårestrupvej"
- til **Skallerup** (MTB, Hyggeruten og Vendsysselruten) – **Afgang kl 19:30**
- afleveres ved lastbil med rødt skilt med teksten "Skallerup"

Cyklerne SKAL være afleveret SENEST KL 19:00 husk at komme i god tid, det tager lang tid at pakke de mange cykler.

Har man ikke bestilt cykeltransport på forhånd og ønsker at tilkøbe på stedet, så kan vi desværre ikke garantere at der er plads.

Cykelparkering for Bike & Run

Gårestrupvej (Gårestrupvej 179, 9800 Hjørring +500 meter)

- 50 km Bike & Run
 - 61 km Bike & Run
- **HAR MAN** bestilt cykeltransport fra Palmestranden, så sørger vi for at sætte den op inden start.
- **HAR MAN IKKE** bestilt transport, så skal man selv sørge for at få sin cykel fragtet.

Parkering

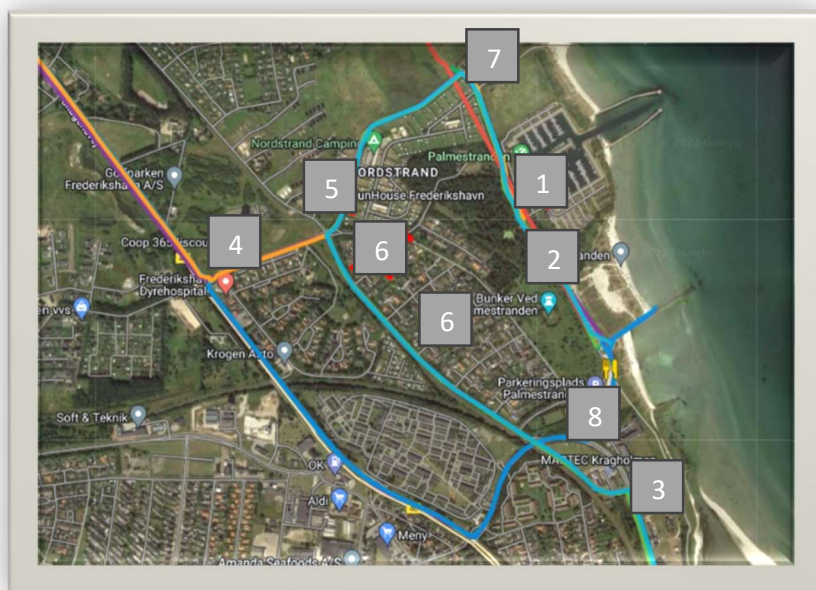
Palmestranden

På Palmestranden er der masser af parkeringspladser i rimelig afstand fra målområdet.

Her kan nævnes:

1. Rønnehavnen
2. Området nord for 'Ishuset'
3. Martec
4. Fakta/Coop 365 ved rundkørslen
5. Hoppeland ved campingpladsen,
6. Større boligområde
7. Parkering til stranden
8. Palmestranden

Forbeholdt 50 og 61 km Run 😊

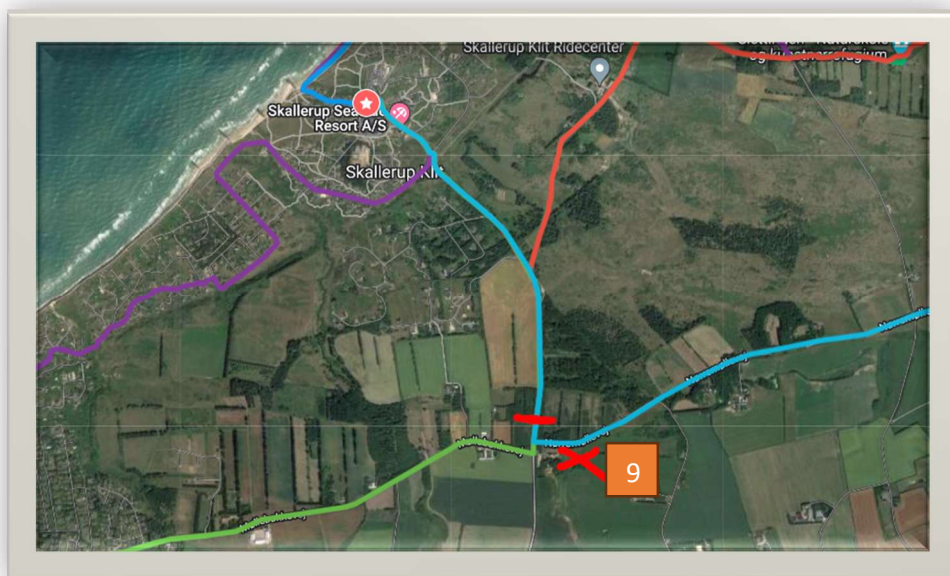


Skallerup

Bemærk venligst at pladsen ved Skallerup er meget begrænset og vi henviser til parkering på de omkringliggende veje, samt ved 9) Skallerup Kirke på Grønne Klitvej

Ligeledes er det muligt at parkere i Lønstrup og lige smutte på cykel igennem sommerhusområdet over til start.

Hvis man deltager på en distance som starter i Skallerup, så anbefaler vi af hensyn til pladsen, at man parkerer sin bil i Frederikshavn, på en af de forskellige pladser som ligger tæt på Palmestranden og så tager bustransporten over til startstedet.



Hirtshals

Her er der rig mulighed for parkering tæt ved starten fra Hirtshals Fyr

Kør efter:

- Hirtshals Fyr
- Hotel Fyrklit
- Kystvejen

Depoternes åbningstider:

25 km – Walk

- Hirtshals 22:22 Start fra Skallerup
- Sindal 23:00 - 03:45 Sindal Hallerne
- Mosbjerg 23:59 - 04:30 Dagli' Brugsen
- Bollehede 00:15 - 04:45 Bollehedekrydset
- Øster Holmen 01:10 - 05:30 Holmen Anlæg
- Elling 01:35 - 06:15 XL Byg
- Palmestranden 02:00 - 07:00 Morgenmad

50 km - Run - Bike & Run

- Skallerup 22:22 Start fra Skallerup
- Gårestrupvej 22:30 - 23:30 Udlevering af cykler
- Højene 22:45 - 00:45 Højene Hallen
- Astrup 22:50 - 02:00 Astrup Auto
- Sindal 23:15 - 03:45 Sindal Hallerne
- Mosbjerg 23:59 - 04:30 Dagli' Brugsen
- Bollehede 00:15 - 04:45 Bollehedekrydset
- Øster Holmen 01:10 - 05:30 Holmen Anlæg
- Elling 01:35 - 06:15 XL Byg
- Palmestranden 02:00 - 07:00 Morgenmad

61 km - Run - Bike & Run

- Hirtshals 21:21 Start fra Fyret
- Tornby 21:45 – 22:30 Tornby Strand
- Gårestrupvej 22:30 - 23:30 Udlevering af cykler
- Højene 22:45 - 00:45 Højene Hallen
- Astrup 22:50 - 02:00 Astrup Auto
- Sindal 23:15 - 03:45 Sindal Hallerne
- Mosbjerg 23:59 - 04:30 Dagli' Brugsen
- Bollehede 00:15 - 04:45 Bollehedekrydset
- Øster Holmen 01:10 - 05:30 Holmen Anlæg
- Elling 01:35 - 06:15 XL Byg
- Palmestranden 02:00 - 07:00 Morgenmad

75 km - Hyggeruten

- Skallerup 22:22 Start fra Skallerup
- Hundeleve 22:30 - 23:45 Dagli' Brugsen
- Hjørring 22:45 - 00:45 Højene Hallen
- Astrup 22:50 - 02:00 Astrup Auto
- Sindal 23:15 - 03:45 Sindal Hallerne
- Hørmested 00:45 - 03:45 Erling Christensen
- Mosbjerg 23:59 - 04:30 Dagli' Brugsen
- Bollehede 00:15 - 04:45 Bollehedekrydset
- Jerup 01:30 - 04:30 Jerup Gl. Skole
- Strandby 01:45 - 06:05 Strandby Havn
- Elling 01:35 - 06:15 XL Byg
- Palmestranden 02:00 - 07:00 Morgenmad

100 km – MTB

- Skallerup 22:22 Start fra Skallerup
- Hirtshals 22:45 - 00:45 Den Grønne Plads
- Bindslev 22:50 - 02:30 Dagli'Brugsen
- Bunken 00:45 - 03:20 Bunken Klitplantage
- Jerup 01:30 - 04:30 Jerup Gl. Skole
- Strandby 01:45 - 06:05 Strandby Havn
- Elling 01:35 - 06:15 XL Byg
- Palmestranden 02:00 - 07:00 Morgenmad

105 km – Vendsysselruten

- Skallerup 22:22 Start fra Skallerup
- Hundelej 22:30 - 23:45 Dagli'Brugsen
- Højene 22:45 - 00:45 Højene Hallen
- Hirtshals 22:45 - 00:45 Hirtshals Fyr
- Bindslev 22:50 - 02:30 Dagli'Brugsen
- Mosbjerg 23:59 - 04:30 Dagli'Brugsen
- Hørmested 00:45 - 03:45 Erling Christensen
- Bollehede 00:15 - 04:45 Bollehedekrydset
- Jerup 01:30 - 04:30 Jerup Gl. Skole
- Strandby 01:45 - 06:05 Strandby Havn
- Elling 01:35 - 06:15 XL Byg
- Palmestranden 02:00 - 07:00 Morgenmad

135 km – MTB

- Skallerup 22:22 Start fra Skallerup
- Hirtshals 22:45 - 00:45 Hirtshals Fyr
- Bindslev 22:50 - 02:30 Dagli'Brugsen
- Bunken 00:45 - 03:20 Bunken Klitplantage første besøg
- Skagen 01:30 - 02:45 Maskinrummet – Skagen Havn
- Bunken 00:45 - 03:20 Bunken Klitplantage første besøg
- Jerup 01:30 - 04:30 Jerup Gl. Skole
- Strandby 01:45 - 06:05 Strandby Havn
- Elling 01:35 - 06:15 XL Byg
- Palmestranden 02:00 - 07:00 Morgenmad

-og så lige alle depoterne i alfabetisk rækkefølge:

• Astrup	22:50 - 02:00	Astrup Auto	Astrupvej 759, 9800 Hjørring
• Bindslev	22:50 - 02:30	Dagli' Brugsen Bindslev	Vesterbro 9, 9881 Bindslev
• Bollehede	00:15 - 04:45	Bollehedekrydset	Jerupvej 910, 9870 Sindal
• Bunken	00:45 - 03:20	Bunken Klitplantage	In the Middle of Nowhere
• Elling	01:35 - 06:15	XL Byg	Tuenvvej 7B, Elling, 9900 Frederikshavn
• Gårestrupvej	17:00 - 22:00	Cykelindlevering og udlev. af startnumre	Gårestrupvej 171 +500m, 9800 Hjørring
• Gårestrupvej	22:30 - 23:30	Udlevering af cykler	Gårestrupvej 171 +500m, 9800 Hjørring
• Hirtshals (starten)	17:00 - 21:21	Hirtshals Fyr, Start nr. udlev., bagage	Fyret 2, 9850 Hirtshals
• Hirtshals (depot)	22:45 - 00:45	Hirtshals Fyr	Fyret 2, 9850 Hirtshals
• Hjørring	23:30 - 01:00	Rema 1000	Hestkærvej 1, 9800 Hjørring
• Hundeleve	22:30 - 23:45	Dagli' Brugsen Hundeleve	Løkkensvej 669, 9480 Løkken
• Højene	22:45 - 00:45	Højene Hallen	Vellingshøjvej 380, 9800 Hjørring
• Hørmested	00:45 - 03:45	Erling Christensen Møbler	Hørmestedvej 342, 9870 Sindal
• Jerup	01:30 - 04:30	Jerup Gl. Skole	Søndergårdsvej 11, 9981 Jerup
• Mosbjerg	23:59 - 04:30	Dagli' Brugsen Mosbjerg	Jerupvej 490, Mosbjerg, 9870 Sindal
• Palmestranden	17:00 - 20:30	Startnummer udlevering, Finisher T-shirt, transport & Pasta Party	
• Palmestranden	02:00 - 07:00	Morgenmad	Nordre Strandvej, 9900 Frederikshavn
• Sindal	23:15 - 03:45	Sindal Hallerne	Islandsgade 22, 9870 Sindal
• Skagen	01:30 - 02:45	Maskinrummet	Auktionsvej 2, 9990 Skagen
• Skallerup	17:00 - 22:22	Start nr. udlevering, bagageaflevering	Nordre Klitvej 21, 9800 Hjørring
• Strandby	01:45 - 06:05	Mimis Bistro	Auktionskaj 1, 9970 Strandby
• Tornby	21:45 - 22:30	Tornby Strand	Tornby Strand
• Øster Holmen	01:10 - 05:30	Holmen Anlæg	Tuenvvej 176, Øster Holmen, 9900

08:00 - Coast2Coast lukker og slukker - Tak for i år

Vi ses igen d. 18. juni 2027

Vi er forhindret og kan ikke deltager

Vi opretter desværre ikke en venteliste og kan derfor ikke være behjælpelig med videresalg af startnummer hvis I er blevet forhindret af den ene eller anden årsag.

Startnummer kan ikke refunderes, overflyttes til næste år eller andre af vores events.

Bemærk at Sportstiming tilbyder en Afbestillingsforsikring, ønsker I at gøre brug af den, så skal I kontakte Sportstiming, det er ikke en vi kan administrere.

I er velkommen til at sælge jeres startnummer videre.

I kan evt sætte det til salg på vores Facebook begivenhed for Coast2Coast

Ændre navn / overdrage startnummer

Når I har solgt jeres startnummer, SKAL det overdrages det til den nye deltager, det gør I via Sportstiming, her skal I bruge den nye deltagers mail og navn.

Du kan logge ind på Sportstiming med din profil og skifte ejer på din tilmeldinger under "Mine ordrer"

I højre side af din ordre kan du klikke på "Skift ejer"

Herunder kan du indtaste e-mail og navn på den deltager som skal overtage din tilmelding.

Er I i tvivl kan I læse mere her: www.sportstiming.dk/faq

BEMÆRK VENLIGST – Deltagelse på eget ansvar mv.

Alt det med småt og ingen aldrig gider at læse..

- man skal være min 18 år for deltagelse i Coast2Coast
- deltagelse i Coast2Coast er på eget ansvar.
- at man til hver en tid skal overholde de gældende trafikregler
- at vi på det kraftigste anbefaler brug af cykelhjelm, alt andet vil være hul i hovedet
- at man selvfølgelig har lys på cyklen, det siger loven jo, der bliver for øvrigt også mørkt om natten
- deltagergebyret refunderes ikke i tilfælde af udeblivelse eller anden form for manglende deltagelse.
- ved tilmelding til Coast2Coast er man klar over at ruterne ikke er 100 % opmærket og man selv er ansvarlig for at kunne finde vej.
- vi har ret til at bruge billeder eller film udgivet på nettet fra Coast2Coast på vores hjemmeside eller Facebook
- Coast2Coast gemmer jeres mailadresse til fremtidige tilbud om løb, nyhedsbreve eller anden form for kontakt
- Har du købt forsendelse af startnummer og ikke for hentet din forsendelse i Pakkeshop og GLS derved sender pakken retur igen, så vil jeres forsendelse først kunne blive udleveret på selve dagen for Coast2Coast imod et gebyr på 50 kr.