



Sagaløbet 2025 - Lederbrev 1

August 2025

Kære ledere

Nu er det snart tid til at afholde Sagaløbet igen, og her får du de første informationer omkring løbet, så du er klar til at have kredsens **væbnere**, **seniorvæbnere** og **seniorer** med på løb **d. 4.-5. oktober**. Udover dette lederbrev, bør indbydelsen og reglerne for Sagaløbet gennemlæses. (Vi har vedhæftet begge dele i den mail, vi har sendt ud til kredslederne med dette brev).

Du kan også finde alle informationer på hjemmesiden; www.sagaløbet.dk.

Er du i tvivl om hvad Sagaløbet er, får du her en kort introduktion:

Sagaløbet er et natløb for væbnere, seniorvæbnere, seniorer og deres ledere. Løbet er opdelt i forskellige kategorier:

Væbner-/seniorvæbner-kategorien, hvor der kæmpes om **Sagaøksen**, og senior-kategorien, hvor der kæmpes om **Seniorøksen**. De yngste patruljer, beregnet ud fra deltagernes gennemsnitsalder, har desuden en konkurrence hvor de kæmper om **Sutten**.

Løbets aktiviteter er udtænkt af lederne i de enkelte kredse, som bruger natten på at give fede oplevelser til børnene og de unge, og samtidig styrker kredsens lederfællesskab.

Det unikke ved Sagaløbet er, at det fungerer som et sammenskudsgilde, hvor hver kreds stiller op med en post og kæmper om at vinde **Postpokalen**. Posterne på løbet spænder over alt lige fra laser-forhindringsbaner, til klatreudfordringer, escape games, stridsvognskapløb og meget andet.

"Vores unger ser det som en af årets store begivenheder, og for os ledere er det også et af de absolutte højdepunkter" - Christian Schou Jødal, FDF Sønderholm-Frejlev

Løbets opbygning

Løbet består af fire ruter, som deltagerne skal gennemføre. Alle fire ruter har åbent samtidigt, hvilket betyder at I vil skulle bemane jeres post fra løbets start til løbets afslutning. Vi ved, at dette giver en bedre oplevelse både for jer og deltagerne.

Holdene sendes forskelligt ud på de fire ruter, for at skabe det bedste flow for hele løbet. Når et hold har gennemført én rute, kommer holdet retur til basen, og får udleveret nyt kort til næste rute. Holdet skal ALTID følge rutens forløb, og tage posterne i kronologisk rækkefølge - f.eks. A1, A2, A3, A4. Det er kun muligt at springe en post over, ved at gå til posten - tjekke ind, og tjekke ud igen - for derefter at fortsætte til næste post.

Poster

Løbets vigtigste element er de poster, som I bidrager med. Uden jer vil der ikke være noget Sagaløb. Derfor er det også løbets vigtigste regel, at alle kredse stiller med en post til løbet.

Kan I ikke stille med en post, har I mulighed for at deltage alligevel ved at stille med mindst én person til postmandskab på en af udvalgets egne poster. Disse poster kalder vi "udbudsposter".

På én af de fire ruter vil der være et tema for posterne. Temaet på årets løb er hawaii 🏝️🌺🌴🍍🌺🌴. Har I lyst til at være en del af årets temarute, så angiv dette tydeligt ved tilmelding af posten.

Alle postbeskrivelser skal indeholde følgende:

- **Opgavebeskrivelse** - Hvad går posten ud på? - Hvad skal man?
- **Regler** - Hvilke ting må man, eller må man ikke gøre?



- **Tidskrav** - Hvor lang tid har man til at løse postens elementer - maks. 15 minutter i alt
- **Pointfordeling** - Hvordan bliver pointene fordelt? - Maks. 100 point, foruden bonuspoint.
- **Bonuspoint** - Hvordan kan man opnå ekstra 25 point på posten?

På nedenstående links, er det muligt at download post eksempler til inspiration:

[Væbnerpost eksempel](#)

[Seniorpost eksempel](#)

Kredse som ønsker at lave post sammen

De seneste år har vi oplevet, at mange kredse ønsker at slå sig sammen om at lave fælles poster. Da Sagaløbet grundlæggende er baseret på de poster, som de deltagende kredse stiller med, har dette givet anledning til bekymring i Sagaløbsudvalget. Når flere kredse slår sig sammen, får vi færre poster på løbet, og det forringer løbskvaliteten for deltagerne. Derfor **opfordrer vi stærkt til**, at man som kreds stiller med sin egen post.

Hvis man som kreds ikke er i stand til at levere sin egen post, henleder vi til udbudsposterne, som er forberedte poster fra Sagaløbsudvalgets side. Her er der mulighed for at deltage som et mindre postmandskab (ned til én person), hvis man ikke er nok til at stille med sin egen post.

Ønsker to kredse at lave post sammen, skal dette godkendes af Sagaløbsudvalget forud for posttilmeldingen.

Er der allerede planer om sådanne konstellationer kan Sagaløbsudvalget kontaktes på mail

saga@sagalobet.dk.

Forberedelsespost

En af løbets poster er en forberedelsespost, som deltagerne skal forberede sig på hjemmefra.

Forberedelsesposten er beskrevet på indbydelsen. Vær opmærksom på at posten kan kræve, at holdet forbereder sig hjemmefra.

Postpokalen

Postpokalen vurderes ud fra to aspekter;

- Højeste gennemsnitsscore ud fra deltagerne vurderinger.
- Juryens vurderinger. Juryen er udpeget af Sagaløbsudvalget.

De to aspekter vurderes ligeværdigt i konkurrencen om **Postpokalen**. Postpokalens vinder er altså dén post, som samlet set får flest point.

Den post som formår at skaffe højest mulig gennemsnitsscore ud fra deltagerne vurderinger, belønnes desuden med udmærkelsen **Deltagerfavoritten**.

Praktisk information

Dato

Start - Lørdag d. 4. oktober 2025, kl. 16.00 - **Postmøde kl. 14.00 for alt deltagende postmandskab**

Slut - Søndag d. 5. oktober 2025, kl. 10.00

Sted

Sæby og omegn – Start, slut og postmøde er på **Sæby Skole** - Brolæggervej 1, 9300 Sæby.



Start og mål

Løbet både begynder og slutter samme sted i Sæby - på Sæby Skole. - Det er også her alle ruterne har sit udgangspunkt. Det betyder, at I ikke nødvendigvis vil møde alle hold i løbet af natten, da holdene vil have mulighed for at stoppe og udgå undervejs når de kommer tilbage til basen.

Pris

125 kr. pr. deltager, som betales holdvis ved tilmelding.

Det er **gratis** for postmandskab at deltage.

Prisen dækker over planlægning, præmier, Sagaløbets materialer og morgenmad søndag.

Alt andet forplejning skal deltagere og postmandskab selv sørge for.

Tilmelding

Sker på www.sagalobet.dk/tilmelding

Der skal tilmeldes separat for hhv. post og/eller postmandskab og hold.

Deltagere tilmeldes holdvis og hver kreds tilmelder en post og/eller postmandskab ved at udfylde tilmeldingsformularen. For at tilmelde en post skal I have lavet en postbeskrivelse klar inden.

Der skal laves to forskellige postbeskrivelser - en til væbner-/seniorvæbnerhold og en til seniorhold.

Sidste frist for tilmelding af poster og hold, er søndag d. 14. september 2025.

Udgifter

I skal selv afholde udgifterne til jeres post.

Leksikon

Der er en masse andet god viden om løbet, som vi har samlet på www.sagalobet.dk/om-sagalobet/leksikon

- Her kan I finde svar på alt fra træning til tjanser og evaluering.

Spørgsmål

Har I flere spørgsmål, kan I skrive en mail til udvalget på saga@sagalobet.dk eller ringe på: +45 3267 9499.

Har du brug for svar lige nu og her kan du kontakte en af løbets forpersoner på telefonnummeret herunder.

Dan Brix Kristensen

25 21 72 05

Vi glæder os til at se dig, dine medledere og jeres børn & unge på Sagaløbet 2025.

Sagaløbsudvalget