

NORGES BANK IDRETTSLAG INNBYR TIL BEDRIFTSLØP I ORIENTERING

Tirsdag 5. august fra Seterbråten Skole, Bjørndal

Poengløp nr 14 for OBIK

Kart: Grønliåsen 1:10000, ekvidistanse 5 m.

Med bil: Ta av E6 ved Klemetsrud. Det er merket fra 155 (Ljabruveien).
Parkering langs vei ved Seterbråten Skole.

Kollektiv transport: T-bane nr. 3 til Mortensrud.
Buss 71 til Bjørndal – avstigning på holdeplass Nyjordet.
Gangveg fra Nyjordet til Seterbråten skole ca 12 minutter.

Start: Fleksistart mellom 16:30 - 18:30.

Mål: Siste målgang kl. 20.00

Klasser:

H17-34, H35-44, ÅL

H45-49, H50-54, ÅM

H55-59, H60-64, D17-34, D35-44, D45-54, ÅK

H65-69, H70-74, H75-79, H80- D55-64, D65-74, D75-, ÅE

N Nybegynnere

Åpne klasser er for alle løpere som ikke kan eller vil starte i de aldersbestemte klassen. De som starter i åpen klasse velger selv løypelengde.

Løyper:

Lang ca 6,5 km

Mellom ca 5,0 km

Kort ca 3,0 km

Ekstra kort ca 2,0 km

ca 2 km

Startkontingent: Alle klasser kr 50,-. Utleiebrikke, kr 25,-.

Premiering: Poengløp etter OBIKs regler

Vask: Våtklut

Løpsleder: Svein Nygård

Løypelegger: Dag Amundsen