

**Orienteringsgruppa i Thales BIL**

**Inviterer til poengløp nr. 16 for OBIK**

**torsdag 8. august 2013**

**Samlingsplass/Parkering:** Ruin 100 m øst for Badedammen på Grorud. Parkering ved Badedammen.

**Offentlig kommunikasjon:** T-bane til Grorud T banestasjon.

**Kart:** Steinbruvann 1:7500, ekvidistanse 5 m, utgitt 2013.

**Start:** Fleksistart mellom kl. 16:30 – 18:00. Det er **ca. 5 minutter å gå til** **start** fra samlingsplass for alle løyper unntatt nybegynnerløypa. Denne starter ved samlingsplass.

**Mål stenger kl.20:00.**

**Klasser og løyper:** Luftlinje

H17-34, H35-44 og ÅL Lang 5,5 km

D17-34, H45-49, H50-54 og ÅM Mellom 4,6 km

D35-44, D45-49, D50-54, H55-59, H60-64 og ÅK Kort 3,8 km

D55-59, D60-64, D/H65-69, D/H70-74, D/ H75-79, Ekstra kort 3,2 km

D/H80- og ÅE

N og NÅ (nybegynner) Lett 2,2 km

**Åpne klasser:** ÅL, ÅM, ÅK, ÅE og NÅ. De åpne klassene er for alle løpere som ikke kan/vil starte i de aldersbestemte klassene. Løperne velger selv hvilken åpen klasse de vil starte i.

**Tidtaking:** EMIT, mulighet for leie av brikke kr. 25,-

**Startkontingent:** Kr. 70,- for voksne 21 år og eldre, kr. 40,- for yngre løpere.

**Annet:** Poengløp etter OBIK’s regler. Kart med forhåndstrykte løyper.

**Vask:** Våtklutmetoden, men mulighet for å bade i Steinbruvannet

**Løperdrikke:** Saft og vann ved mål.

**Løpsleder:** Sigfred Fagervik (telefon 922 19 039)

**Løypelegger:** Sigfred Fagervik

**Kontrollør:** Bjørn Grenager

**O-gruppa i Thales BIL ønsker alle vel møtt!**