**INNBYDELSE POENGLØP 25 OBIK – TIRSDAG 10. SEPT 2013**

Arrangør: Telenor BIL

**Kart:** Steinshøgda Vest 1:10000, Ekvidistanse 5m, **helt nytt kart** til Fossums Krets mesterskap KM aug/sept 2013.

**Samlingsplass/** Burudvann (P-plass), merket fra krysset Skollerud/Burud-veien**:  
Parkering**

<https://maps.google.no/maps?f=d&source=s_d&saddr=&daddr=59.963843,10.507661&hl=no&geocode=&sll=59.963829,10.507725&sspn=0.001651,0.005659&vpsrc=0&mra=mift&mrsp=1&sz=18&ie=UTF8&t=m&z=18&iwloc=ddw1&layer=t>>

Med bil: Kjør til Bærums verk (Gamle Ringeriksvei 168) eller Lommedalsveien til Bærums Verk. Følg deretter Fv155 (Lommedalsveien) innover i dalen, til den krysser Skollerudveien. Det er merket fra dette krysset og ved neste kryss med Burudveien.

Kollektivt: Mulig med buss 143 fra Oslo eller evt buss 753 fra Sandvika til Triangelen– videre med 753 og avstigning på holdeplass Eineveien. Derfra 20 til 30 minutter å gå.

**Terreng:** Typisk Bærumsmarkaterreng med en del vegetasjon, men også fine områder med krevende orientering. Løypene er lagt i et lite brukt område som er middels kupert. Noe stein i bunnen i visse områder.

**Start:** Fleksistart, kl. 16:30-18:30. ca 5 min å gå til start.

**Mål:** Siste målgang kl. 19:30.

**Løyper/klasser (normaldistanse):**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Løyper** | **Nivå** | **Klasser** | **Lengde** |
| Lang | A | H17-34, H35-44 og ÅL | 6,1 km |
| Mellom | A | DM, H15-16, H45-49, H50-54 og ÅM | 4,9 km |
| Kort | A | D15-16, H55-59, H60-64, D17-34, D35-44, D45-49, D50-54 og ÅK | 3,9 km |
| Ekstra kort | A | D55-59, D60-64, D/H65-69, D/H70-74, D/H75-79, D/H80- og ÅE | 3,2 km |
| Nybegynner | N | NÅ (Nybegynner) | 2,5 km |

Mindre justering av løypelengder kan bli gjort.

**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.

**Leiebrikker:** Kr. 25,-

**Stempling:** EMIT

**Startkontingent:** Kr. 70,- for alle over 17 år. Kr. 40,- for løpere yngre enn 17 år.

**Annet:** Poengløp etter OBIK’s regler. Ferdig printede kart vil benyttes.

**Vask:** Våtklut

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

**Løpsleder:** Roger Birkeland, tlf 906 55 430

**Løypelegger:** Ketil Risvoll

**Kontrollør:** Torstein Hole og Anne Margrethe Hammer

**VELKOMMEN**