



SKATTEDIREKTORATETS BIL – POENGLØP NR 15

Vi har gleden av å invitere løpere i Oslo og Romerike bedriftsidrettskrets til fellesløp – kortdistanse - i Østmarka **TORS DAG 10 AUGUST 2006**.

Samlingsplass: Haraløkka på Bøler i Oslo

Start: 16.30 – 1830

Parkering: på samlingsplass. Til start ca. 150 meter.

Kart: Ulsrudvann, 1:10 000 – utgitt 2006 – dvs. nytt av året og meget bra kart. Terrenget er småkupert, stifyllt og lettløpt.

LØYPER OG KLASSER

Lang	H17-34, H35-44 og ÅL	Ca. 4,0 km
Mellomlang	H45-49, H50-54 og ÅM	Ca. 3,0 km
Kort	H55-59, H60-64, D17-34, D35-44, D45-54 og ÅK	Ca. 2,0 km
Ekstra kort	H65-69, H70-74, H75-79, H80-, D55-64, D65-74, D75- og ÅE	Ca. 2,0 km
Nybegynner	N - lett	Ca. 2,3 km

Atkomst med bil: Merket fra krysset General Rugesvei/Bølerlia/Nøklevannsveien

Atkomst med off. komm.: Buss eller T-bane, linje 3 til Bøler. Følg merking som ovenfor.

Påmelding: Ved start

Startkontingent: kr. 50,- for alle.

Postkontroll: Personlig EKT-brikke. Kretsen har et begrenset antall utleiebrikker for kr. 25,- pr. brikke.

Drikke: Saft ved innkomst.

Vask: Våtklutmetoden eller bad i Nøklevann eller Ulsrudvann (ca. 500 m)

Løpsleder: Reidar Rasmussen – tlf. 22077327 – reidar.rasmussen@skatteetaten.no

Løypelegger: Tor Sandby – tlf. 22077338 – tor.sandby@skatteetaten.no

Kontrollør: Thor Mella – tlf. 22077684 – thor.mella@skatteetaten.no

SKD BIL ønsker vel møtt til en fin sommerkveld i Østmarka.