****

**INNBYDELSE POENGLØP OBIK 20/AB løp 5 – 3. september 2019**

**Arrangør: Fossum IF**

Velkommen til o-løp fra Østernvannssvingen

**Kart:** Lathusåsen 1:7500, Ekvidistanse 5 m

Selv om kartet er bra så bør man huske at i dette terrenget så kan det være små stier og tråkk i terrenget som ikke er på kartet. Små stier på kartet som kan være vanskelig å se i terrenget.

**Parkering/samlingsplass:** Østernvannssvingen, link til kart [her](https://kart.finn.no/?lng=10.61005&lat=59.95214&zoom=13.75&mapType=normap&markers=10.59393,59.95888,r,%C3%98sternvannsvingen)

**Start:** Fleksistart, kl. 16:30 – 18:30.

**Mål:** Siste målgang kl. 19:30.

**Løyper/klasser (kortdistanse):**

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

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

**Leiebrikker:** Kr. 25,- (begrenset antall)

**Startavgift:**Kr. 100,- for de over 17 år. Kr. 40,- for løpere yngre enn 17 år. Kontant og VIPPS.

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