



Inviterer til sesongstart for OBIK o-løperne På Bygdøy torsdag 28 april 2005.

Velkommen til Poengløp nr 1 og sesongstart for de som ikke har deltatt i aktive løp eller på Oslo City cup eller andre tidlige vårløp.

For 2005 sesongen er det vedtatt en del endringer for OBIK løpene og disse vil selvsagt også gjelde for vårt løp.

Viktigst er innføringen av Veritas' sitt tidtakingssystem som vil være forenklende både for deltaker og arrangør og gi enda bedre resultatservice, men som kanskje vil medføre noe oppstartsproblemer i de første løpene. For deg som løper betyr det at mange skal registreres inn i systemet, så påregn noe tid, og ha tålmodighet med dette.

Fremmøte: Parkeringsplassen på Huk, Bygdøy, kort vei til samling. Bussrute 30 til Huk egner seg ypperlig !

Start: Fleksistart mellom kl. 16.30 og 18.30 – siste løper i mål til kl. 20.00.

Kart og terreng: Vi benytter Lillomarkas kart over Bygdøy i Målestokk 1: 5000, 2 m ekv. revidert år 2000. Dette har etter hvert fått noen mangler og spesielt stibildet er mangelfullt. Terrenget er likevel raskt og relativt lettlopt. Det kan forventes mange poster med retningsforandringer underveis!

Klasser og løyper:

Dette løpet er kortdistanse løp der løypelenger er angitt nedenfor; mindre avvik kan skje, endelig løypelengder i PM.

LØYPER OG LØYPELENGDER

Løyper	Klasser		Kort- distanse	
Lang	H17-34, H35-44 og ÅL		3,8 km	
Mellomlang	H45-49, H50-54 og ÅM		2,9 km	
Kort	H55-59, H60-64, D17-34, D35-44, D45-54 og ÅK		2,0 km	
Ekstra kort	H65-69, H70-74, H75-, D55-64, D65-74, D75- og ÅE		2,0 km	
Nybegynner	N		2,2 km	

Merk at klasse HA – A-klassen for herrer utgår fra 2005 sesongen og disse løperne fordeler seg i respektive årsklasse/ løype.

De åpne klassene er for alle løpere - menn, kvinner, aktive, bedriftsløpere og andre - som ikke kan/vil starte i de aldersbestemte klassene. Løperne velger selv hvilken åpen klasse de vil starte i.

Startkontingent kr. 50,- i Poengløp

Vask: Et tidlig vårbad i havet kanskje?

Løpsleder: John Thomas Petersen,

Løypelegger: Knut Erling Øen,

Kontrollør: Eivind Hoff

Vi ønsker velkommen og håper på flott vårvær !