**INNBYDELSE**

**Folkehelseinstituttet BIL ønsker velkommen til o-løp**

**Poengløp nr 5 i OBIK, torsdag 16. mai 2013**

**Kart:** Setertjern. 1:10 000 for mellom og lang løype, 1:7500 for andre løyper. Ekvidistanse 5 meter. Forhåndstrykte løyper.

**Samlingsplass:**Linderudkollen, ved vannet

**Parkering:** Linderudkollen P-plass

**Offentlig kommunikasjon:** Bussrute 56 fra Storo mot Solemskogen.

**Start:**                    Flexistart 16.30-18.30. Siste målgang 20.00.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Løype** | **Klasse** | **Lengde** |
| Lang | H17-34, H34-44, ÅL (åpen for alle) | 5,7 km |
| Mellom | DM (Åpen for alle damer), H45-49, H50-55, ÅM (åpen for alle) | 4,6 km |
| Kort | D17-34, D35-44, D45-49, D50-54, H55-59, H60-64, ÅK (åpen for alle) | 3,9 km |
| Ekstra kort | D55-59, D60-64, D/H65-79, D/H70-74, D/H75-79, D/H80-, ÅEK (åpen for alle) | 3,0 km |
| C-løype | CÅ | 2,5 km |
| Nybegynner | NÅ (nybegynner, åpen for alle) | 1,9 km |

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.

**Påmelding:** Påmelding ved start

**Startkontingent:** Voksne **kr. 70,-** Barn og ungdom (under 21) **kr. 40,-** .

Leiebrikke: Kr 25,-

**Annet:** Poengløp etter OBIKs reglement. Saft og vann ved mål.

**Løpsleder:** Liv Paltiel, tlf 41 42 03 29

**Løypeleggere:** Liv Paltiel, Uno Hanslien, Unni Rye, Gunn Stabbetorp

**Kontrollør:** Bjørn Grinde