



SKATTEDIREKTORATETS BIL – POENGLØP NR 15

Vi har gleden av å invitere løpere i Oslo og Romerike bedriftsidrettskrets til fellesløp – normaldistanse - i Østmarka **TORSdag 7. AUGUST 2008.**

Samlingsplass: Haraløkka på Bøler i Oslo

Fleksistart fra kl. 1600-1830. Mål stenger kl. 2000.

Parkering: ved samlingsplass. Kort vei til start.

Kart: Ulsrudvann. Målestokk 1:10 000. Ekvidistanse 5 m. Utgitt 2006.

Terreng: Kupert og stift.

LØYPER OG KLASSER

Lang	H17-34, H35-44 og ÅL	Ca. 5,5 km
Mellomlang	H45-49, H50-54 og ÅM	Ca. 4,5 km
Kort	H55-59, H60-64, D17-34, D35-44, D45-54 og ÅK	Ca. 3,5 km
Ekstra kort	H65-69, H70-74, H75-79, H80-, D55-64, D65-74, D75- og ÅE	Ca. 3,0 km
Nybegynner	N - lett	Ca. 2,5 km

Adkomst med bil: Merket fra krysset General Ruges vei/Bølerlia

Adkomst med off. komm.: T-bane, linje 3 Mortensrud, til Bøler. Gå til venstre ut av T-banen retning Bøler senter, følg Utmarkveien oppover, ta til høyre i Bølerlia og du ser merking i krysset Bølerlia/Nøklevannsveien. Ca. 15 minutter å gå fra T-banen.

Påmelding: på samlingsplass. Løperne får utskrift av kart med ønsket løype.

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 Ulsrudvann eller Nøklevann (ca. 400 meter).

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

Løypelegger: Thor Mella – tlf. 404 05 183

Kontrollører: Nils Hjelle og Aage Mella

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