



## SKATTEDIREKTORATETS BIL – POENGLØP NR 14

Vi har gleden av å invitere løpere i Oslo og Romerike bedriftsidrettskrets til fellesløp – normaldistanse - i Østmarka **TORS DAG 9. AUGUST 2007.**

### Samlingsplass: Østmarksetra, P-plassen

Fleksistart fra kl. 16.30 – 18.30. Mål stenger kl. 2000.

Parkering: ved samlingsplass. Kort vei til start.

Kart: Oppsals o-kart nr. 34 Ulsrudvann, 1:10 000 – utgitt 2006. Terrenget er kupert, men stifyllt.

### 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/Østmarkveien

Adkomst med off. komm.: T-bane, linje 3 Mortensrud, til Oppsal. Følg Østmarkveien til merking som ovenfor, ca. 15-20 minutter å gå.

Påmelding: på samlingsplass

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 (ved samlingsplass)

Løpsleder: Tor Sandby – tlf. 22077338 – [tor.sandby@skatteetaten.no](mailto:tor.sandby@skatteetaten.no)

Løypelegger: Thor Mella – tlf. 404 05 183

Kontrollører: Nils Hjelle

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