



Innbydelse O-løp

GE Healthcare BIL inviterer til poengløp nr. 17 tirsdag 18. august 2009

Poengløp OBIK:	Poengløp OBIK P17-2009
Arrangør:	GE Healthcare BIL
Tid:	18. august 2009
Samlingsplass:	10 min å gå fra parkering på Skar, innerst inne i Maridalen
Parkering:	Skar, Maridalen
Start:	Fleksistart mellom 16.00-1830, 10 min å gå til start. Siste målgang kl. 2000
Tidtaking	EKT
Kart:	Fagervannsåsen, Nydalen SK, godkjent AOOK 2003 revidert 2009. Det er typiske endringer i vegetasjon og stisystemer, ikke alt er kommet med i revideringen dessverre.
Terreng:	Grovt skogsterreng, relativt tungt, lite stier.
Kart og løyper	Ferdigtrykte kart + plastlomme og PM fåes ved registrering/betaling.
Løyper:	Det er relativt krevende løyper både o-teknisk og løpsteknisk. Det er tungt i terrenget grunnet all nedbør i sommer

Løype	Lengde	Klasse
Lang	Ca 6 km	H17-34, H35-44, ÅL
Mellom	Ca 5 km	H45-49, H50-54, ÅM
Kort	Ca 4 km	H55-59, H60-64, D17-34, D35-44, D45-54, ÅK
Ekstra kort	Ca 3 km	H65-69, H70-74, H75, H80, D55-64, D65-74, D75-, ÅE
Nybegynner	Ca 2,5 km	Nybegynnere i alle aldre

Å: åpen klasse, fritt valg av løype, alle løpere.

Startkontigent:	kr. 60,- for alle klasser (kr. 40 for under 20 år) betales ved registrering
Premiering:	Poengløp etter OBIKs regler
Vask:	Våtklut
Drikke:	Saft ved innkomst
Løpsleder:	Torgrim Engell
Løypelegger:	Dag Evje og Torgrim Engell

GE-Healthcare BIL ønsker alle vel møtt!