

Asker SK, Bærums SK, Fossum IF, Haslum IL, Lommedalen IL, Stabæk IF, IL Tyrving

Innbyr til

AB-Karusellen i orientering 2006

Åpen for bedriftsløpere

Tid og sted

Nr.	Dato	Arrangør	Startid	Sted
1	23. mai	Bærum skiklubb	1630-1830	Ikke bestemt
2	30. mai	Haslum IL	1630-1830	Burudvann
3	13. juni	Tyrving	1630-1830	Vestmarksetra
4	22. august	Lommedalen IL/Stabæk IF	1630-1830	Tobonn
5	29. august	Fossum	1630-1830	Jegerborgdammen, Bogstad
6	5. sept.	Asker SK	1630-1830	Vardåsen

Løp 1-3 arrangeres sammen med Maxim Cup.

Deltakere velger selv den løype som vedkommende ønsker å løpe, uavhengig av alder, kjønn eller klasse. For bedriftsløpere er det egne regler.

Løpere som ønsker å få poeng i OBIK's poengløp må melde seg på som bedriftsløper.

Løypelengder og vanskelighetsgrad	Klasser bedriftsløpere
6,5 km A Lang	H17-34, H35-44 og ÅL
5 km A Mellom	H45-49, H50-54 og ÅM.
4 km A Kort	H50-59, H60-64, D17-34, D35-44, D45-54 og ÅK.
3 km A Ekstra kort	H65-69, H70-74, H75-79, H80-, D55-64, D65-74, D75-.
2,5 km C Nybegynner	
1,5 km N Rekrutt	

Kart: Kartene leveres upreparert, løperne tegner selv inn sine løyper.
Målestokk: 1:10 000 og 1:15 000.

Påmelding: Ved fremmøte.
Start/EKT: Fleksistart. Egen EKT-brikke tas med eller leies.

Startkontingent: kr. 35 for D/H<17 og kr. 50 for D/H>17. Kr.20 for leie av EKT-brikke.

Løperdrikke: Løperdrikke ved mål. Kaer fåes kjøpt. .

Vask: Våtklut e.l.

Resultater: Resultatene presenteres løypevis. Det lages sammenlagt resultatliste

Premiering: Det er ingen sammenlagtpremiering . Premie til alle som fullfører 4 av 6

Velkommen til årets AB-Karusell