



Orienteringsgruppa i Thales BIL
Inviterer til langløp for OBIK og AMBK/R
Torsdag 16. August 2007 ved Nittedal kirke

Parkering ved Nittedal kirke.

Fra Oslo: RV4 til Slattum (til høyre etter Hagan-tunnelen), følg skilt til Nittedal kirke

Alternativt:

RV22 til Hellerudsletta, nordover forbi utstillingsområdet, følg skilt til Nittedal kirke

Samlingsplass:

Gress-slette 800m nord for Nittedal kirke, merket langs lite trafikkert vei, 10min å gå

Kart:

Ovanna 1:10 000, utgitt i 2007

Terreng:

Varierende skogsterreng med både lettløpte furumoer og kuperte partier.

Start:

Start fra kl. **16:00 – 18:00**, ca 100m å gå til start fra samlingsplass.

Klasser

H17-34, H35-44 og ÅL

H45-49, H50-54 og ÅM

H55-59, H60-64, D17-34, D35-44, D45-54 og ÅK

H65-69, H70-74, H75-79, H80-, D55-64, D65-74, D75- og ÅE

Nybegynner

Løyper:

Lang ca. 8,4 km

Mellomlang ca. 6,7 km

Kort ca. 4,2 km

Ekstra kort ca. 3,4 km

Lett ca. 2,5 km

Tidtaking:

EMIT. Mulighet for leie av brikke på samlingsplass for løpet. (Brikkeleie kr. 25,-)

Vask:

Våtklutmetoden.

Premiering:

Premiering i.h.t. OBIK og AMBK/R reglement.

Løpsledelse:

Knut Erik Østengen/ Martin Veastad

Informasjon: Martin Veastad (Mobiltlf 90044431)

Løypelegger: Martin Veastad

Kontrollør: Knut Erik Østengen

Startkontingent: Kr. 50,- for alle klasser.