

Tambarskjelven 23.05.09

KM-mellomdistanse

Løpsleder: Per Joar Gunnes mobil 995 53 955 tlf 72 86 32 18
 Løypelegger: John Henry Hammer mobil 970 22 819
 Kontrollør: Kjell Maroni
 Kart: Lyngstua Sør 1:10000, ekv. 5m

Klasser/ løypelengder

Nivå	Løypel.	Klasse
A	5,0 km	H19-20, H21
A	4,0 km	H17-18, H40, H50, D19-20, D21, A4
A	3,0 km	H60, H70, D40, D50, D17-18, H15-16
B	2,5 km	H13-14, D13-14, D15-16, D60, D70, B3
C	2,0 km	H11-12, D11-12, D13-16C, H13-16C, C2
N	1,5 km	H11-12N, H13-16N, D11-12N, D13-16N, N-åpen

Direkte påmelding	A4, B2, C2, N-åpen
Samlingsplass	Børsa IL's klubbhus, Lyngstua. Merket fra E39 Børsa
Parkering	Ved samlingsplass
Uten tidtagning	N-åpen og småtroll
Barneparkering	Fra kl 11.30
EKT	Det benyttes EKT brikke på Tambarskjelven. Vi har noen brikker til utleie – leiepris er kr 30,-
Påmelding	http://idrett.speaker.no/Børsa IL
Påmeldingsfrist	Tirsdag 19. mai kl 23.59
Etteranmelding	Innen fredag 22. mai kl 20.00
Påmeldingsavgift	Iht. NOF's retningslinjer. Regning sendes etter løpet.
Start	Første ordinære start kl 12.00. 10 minutter å gå til start.
Vask	Våtklut
Premiering	Full premiering i nybegynnerklassene D/H 11-12 50 % premiering t.o.m D/H 18 år, D/H 19-20 og D/H 21 25 % Øvrige klasser – klassevinnere KM mellomdistanse: Det deles ut gull, sølv og bronsemedaljer til løpere tilsluttet betalende medlemslag i STOK/ NOF. Unntak: I klassene f.o.m D/H17 og oppover må det være <ul style="list-style-type: none"> • minst 5 deltagere for at det skal deles ut alle valører • ved 4 startende deles det ut gull og sløv. • ved 3 eller færre startende deles det bare ut gull.



Vel møtt til en trivelig O-dag i Børsa!

