

VÅRSLEPPET 2008

KM - mellomdistanse

Lørdag 3. mai

Arena for KM er klubbens ski-anlegg ved Litj-Gjøлга. Løpet går på nytt kart, synfart i 2007.

KM mellomdistanse :

Arrangeres i følgende klasser:

D/H 13-14, D/H 15-16, D/H 17-18, D/H 19-20, D/H 21-, D/H 40-, D/H 50-,
D/H 60-, D/H 70-

osv. med 10-årsklasser hvis eldre deltakere.

Økt premiering

- full premiering i nybegynnerklassene
- 50 % premiering tom D/H 18
- 25 % premiering i D/H 19-20 og D/H 21
- Øvrige klasser premier til klassevinnere

Det skal deles ut KM medaljer

Det deles ut gull, sølv og bronse medaljer

Unntak:

I klassene f.o.m. D/H 17- og oppover må det være:

- minst 5 deltagere/lag for at det skal deles ut alle valører.
- ved 4 startende deles det ut gull og sølv.
- ved 3 eller færre startende deles det bare ut gull.

Løpsleder: Geir Aune (tlf priv 7252 0023/ arb 7251 95 20/4162 2743)

Løypelegger: Geir Aune

Kontrollør: Lars Skrøvseth

Kart : Vardeheia 1:10 000, ekv 5 m, utgitt 2008

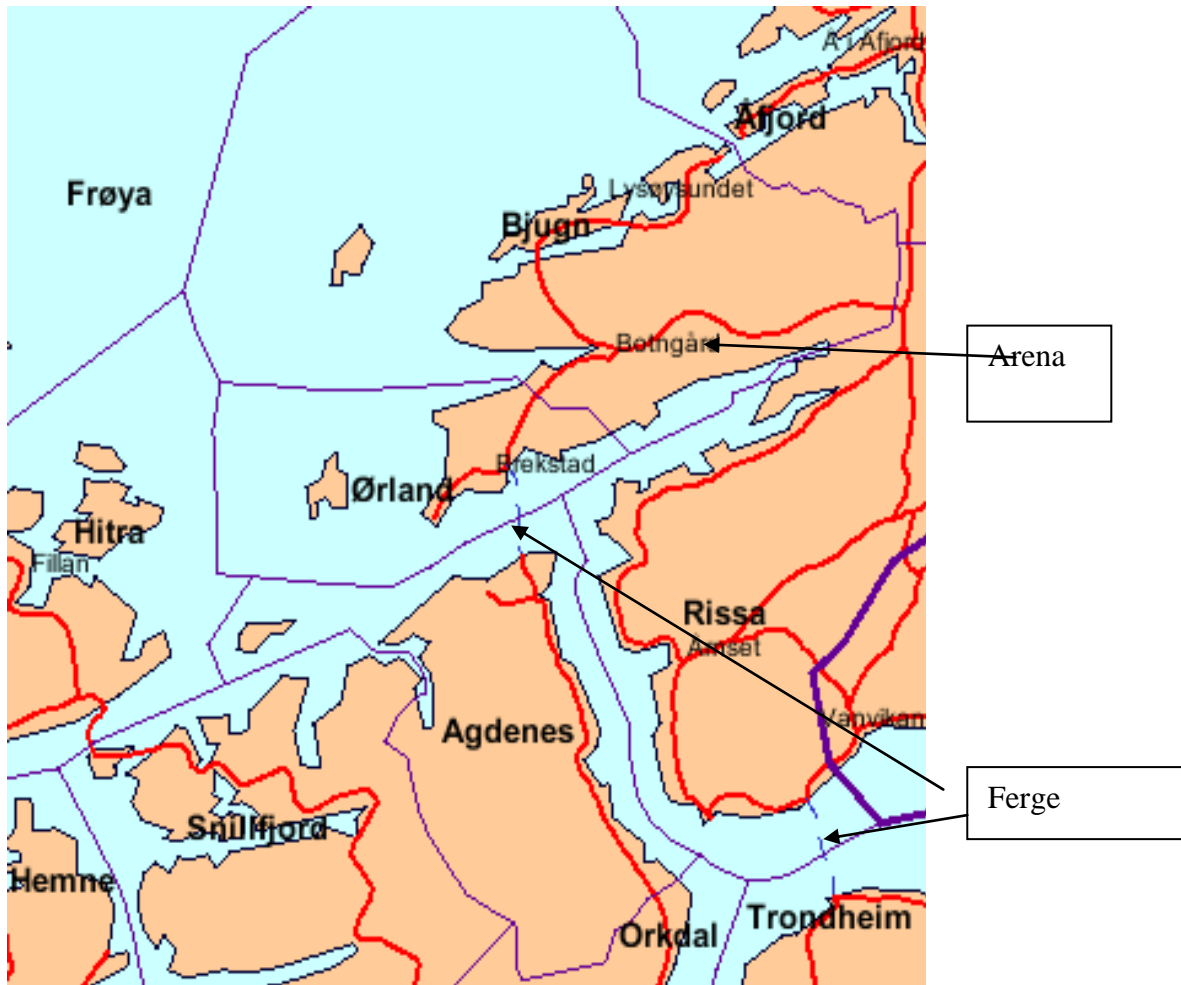
Klasser/løypelengder

Nivå	Løypel.	Klasse
A	5 km	H19-20, H21
A	4 km	H17-18, H40, H50-, D19-20, D21, A4

A	3 km	H60-, H70-., D40, D50-, D17-18, H15-16
B	2,4km	H13-14, D13-14, D15-16, D60, D70, B3
C	2 km	H11-12, D11-12, D13-16 C, H13-16C, C2
N	2 km	H11-12N, H13-16N, D11-12N, D13-16N, N-åpen

Direkte påmelding	A4, B2, C2, N-åpen
Samlingsplass	Litj-Gjølga skianlegg, merket fra riksvei 710
Parkering	5 minutter fra arena
Uten tidtagning	N-åpen og småtroll
Barneparkering	Fra kl 11.00
EKT	Det benyttes EKT brikke på Vårsleppet. Vi har noen brikker til utleie – leiepris er kr 30
Påmelding	Se vedlagte påmeldingsskjema. Postlagt innen 28. april – event e-post geir.aune@bjugn.kommune.no innen onsdag 30. april.
Etteranmelding	Innen fredag 2. mai kl 20.00 tlf 72 52 00 23
Påmeldingsavgift	Iht. retningslinjer for maks påmeldingsavgift. Regning sendes etter løpet.
Start	Første start kl.12.00. 10 minutter å gå til start.
Vask	Våtklut
Premiering	Full premiering i nybegynnerklassene + D/H 11-12 50% premiering tom D/H 18 år, D/H 19-20 og D/H 21- 25% Øvrige klasser - klassevinnere. <i>KM mellomdistanse:</i> 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/lag for at det skal deles ut alle valører. - ved 4 startende deles det ut gull og sølv. - ved 3 eller færre startende deles det bare ut gull.

Hvordan finne fram:



Fergetider:

Flakk – Rørvik (fergerute finnes på www.fosen.no)

Fra Flakk kl 09.35 eller 10.10 og ca 25 minutter overfart + 1 time fra Rørvik og til Litj-Gjølga skianlegg

Valset – Brekstad (fergerute finnes på orland.kommune.no)

Fra Valset kl 10.00 og ca 20 minutters overfart pluss ca 35 minutter kjøring til Litj-Gjølga skianlegg.