KLUBBMESTERKAP 2018

med innlagt pølsefest

Torsdag 10. mai

Oppmøte: Skogland, Ulvedalen. Merket med postskjerm et sted mellom Onsøy kirke og Blåkors/Ørmen.

Første start: kl 11.00. Det er ca 300m til start, følg stien nordover fra samlingsplass.

Terreng: Fint Fredrikstad terreng, men med relativt store grøntområder. Disse kan dere løpe rundt dersom dere vil, men spørsmålet er om det lønner seg!?

Løyper/klasser/nivå:

2,1 km D10-12N, H10-12N, N-åpen
2,2 km D10-12, H10-12 C-nivå
2,7 km D13-14, H13-14, D17C, H17C B-nivå
2,6 km N-challenge (**voksene nybegynnere) C/N-nivå NYE FORELDRE MELD DERE PÅ**
3,4 km D45, D55, D65, D70, H65, H70 A-nivå
4,5 km D15-16, H15-16, H55, D35 A-nivå
5,1 km D21, D17-20, H45 A-nivå
6,6 km H21, H17-20, H35 A-nivå

Kart: Ulvedalen, målestokk: 1:10 000, 5m ekvidistanse. Revidert 2017

Løypelegger: Per Olaussen

Etter løpet griller vi pølser, vi har maaaang pølser. Klubben stiller med pølser og grill. Dere tar selv med lomper, brød mv. Det er tillatt å ta med knekkebrød med brunost dersom noen ønsker det isteden.

Startkontigent inklusiv pølser: kr 50, betales på samlingsplass.

Toalett: Det er 555 meter til toalett langs vei (ikke på vei til start). Gjør fra dere før dere kommer…