

Extra - PM til Trimtex cup lørdag 29. august 2015



Dette gjelder klassene: D 13-14, H 13-14, D 15-16, H 15-16

Husk også å lese vanlig PM som gjelder for Gromløpet og KM, der står det mye annet nyttig!

Startnummer Trimtex-Cup

Alle skal løpe med startnummer. Startnummer finnes på start.

Meldetjeneste

Det vil være meldetjeneste fra en post ute i løypa.

Løyper

Klasse	Lengde	Nivå	Målestokk
D 13-14	3.3 km	B-nivå	1:10 000
D 15-16	4.3 km	A-nivå	1:10 000
H 13-14	3.4 km	B-nivå	1:10 000
H 15-16	5,1 km	A-nivå	1:10 000

Klatre-/veivalgsstrek

D13-14 - strekk 2-3

H13-14 - strekk 2-3

D15-16 - strekk 5-6

H15-16 - strekk 6-7

Speakertjeneste

Spaker vi følge Trimtex-Cup klassene spesielt.

Ledertrøyer :

Ane Sofie Krogh,	Oppsal	D13-14
Victoria Hæstad Bjørnstad,	Fossum	D15-16
Halvor Tørnqvist Halden,	Nydalens	H13-14
Kasper Fosser,	Heming	H15-16

Klatretrøyer : (strekkvinner fra Østmarkas løp eller nummer to hvis ledertrøye vant strekket)

Kristine Kravdal,	Gjø-Vard	D13-14
Ingvil Ahlsand,	Nydalen	D15-16
Lars Young Vik,	Nydalen	H13-14
Elias Jonsson,	Nydalen	H15-16

Ledertrøyene blir delt ut ved premieutdelingsteltet kl.10.30 gjennom annonsering fra speaker.