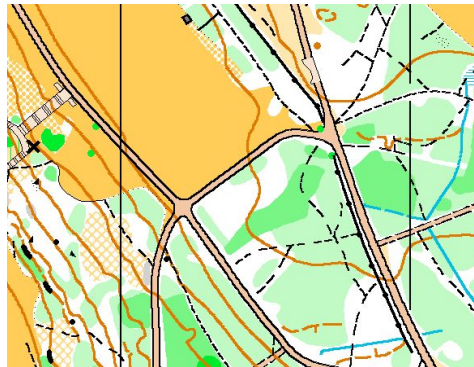


Foll-O karusellen løp 3

Onsdag 8. juni, 2016

Bækkelaget ønsker alle velkommen til løp på Ekeberg. Terrenget består stort sett av skog med innslag av gressletter. Deler av terrenget er skråli med en del stein. Det er mange stier i terrenget.



er

Samlingsplass: Utendørs på Ekeberg rett sørøst for Ekeberghallen.

Parkering: Ved Ekeberghallen.

Kart: Ekeberglia, utgitt 2013. Kartet følger sprintnormen. Målestokk 1:5,000, ekvidistanse 2,5 m.

Start: Ca. 300 m fra samlingsplass.

Løyper:	4,9 km	H17
	4,0 km	D17, H40, H50, H15-16
	3,3 km	D15-16, D40, D50, D60, H60, H70
	3,0 km	Lang lett (N/C nivå)
	2,0 km	D13-14, H13-14, D70, Åpen B
	1,6 km	D11-12, H11-12, D13-16 N, H13-16 N, Åpen C, D-12N, H-12N

Forbudt område: Alle boligområder er forbudt område. Disse er merket på kartet (olivengrønn farge). Det er forbudt å passere gjerder og murer som er merket som forbudt på kartet.

Startkontingent: Kr. 50,- for klasser opp til og med D/H-16. Kr. 90,- for øvrige klasser. Avgiften faktureres klubbene i etterkant.

Arrangør: Bækkelaget v/Raphael Ferrand og Louise Oram

Starttid: 18:00 - 19:00.