-foLe artig i MOI!

Molde og Omegn IF inviterer til

KM Langdistanse 2016

Samlingsplass: Skaret Skisenter ved garasjen for tråkkemaskina.

Parkering: Nær samlingsplass.

Kart: Ulvshaugen. Målestokk 1:7500. Ekv. 5 m. Utgitt 2016.

Terreng: Kuppert og noe skråli. Variert skog. Delvis åpent fjellterreng og myrer. Flere skitraseer og traktorveger.

Start: Søndag 4.september 2016
Første start kl. 13.00. Det er ca. 3 minutter å gå til start.

Det vil bli benyttet EKT,

Løyper:

ca. 7,4 km:	H21-, H17-20
ca. 6,0 km:	D17-20, D21-39
	H40-49, H50-59
ca. 4,5 km:	D15-16, D40-49, D50-59
	H15-16, H60-69
Ca. 3,5 km	D13-14, D60, H13-14, H70
ca. 2,5 km:	D11-12, D13-16C, D70, Damer C
	H11-12, H13-16C, Herrer C
ca. 1,5 km:	D-12N, D13-16N,
	H-12N, H13-16N

Vask: Våtklut.

Premiering: Etter NOF sine retningslinjer

Påmelding: På Eventor (evt. på e-post til stig.bratsberg@gmail.com)

Påmeldingsfrist: Onsdag 31. august.

Startkontingent:

D/H10-16	kr. 60,- (etteranmelding + 30,,-)
D/H17-	kr. 120,- (etteranmelding +60,-)
Brikkeleie	kr. 30,-.

Løpsleder/løypelegger: Stig Bratsberg
Kontrollør: Gunnar Gjeldvik

SPAREBANKEN MØRE
AXESS World-Class Integrity Solutions
Triangel