Oppsal Orientering ønsker alle medlemmer og venner av o-gruppa velkommen til klubbmesterskap normal 2019!

Når og hvor:

Tirsdag 10. September, fri start fra klokka 17.30.

Samlingsplass på badeplassen i nordenden av Lutvann.

Klasser og løyper:

1,7 km: D-10, H-10, Åpen N

2,0 km: D11-12, H11-12, Åpen C

3,0 km: D13-14, H13-14, Åpen B

3,0 km: D50, D60, H60

4,5 km: D15-16, H15-16. D17-20, D21, D40, H40, H50, Åpen AM

6,1 km: H17-20, H21

Det kan bli små justeringer av løypelengdene. Her blir det noe som passer for alle! Og starten flyttes litt opp i bakkene, slik at det blir fine høydeprofiler!

Øvrig informasjon

Påmelding / I eventor innen søndag 8.september klokka 2359. Etteranmelding på samlingsplass så lenge det finnes kart. Har du ikke eventor-bruker, kontakt treneren i din gruppe.

Løypelegger / Kjell Winther

Parkering / Det er ekstremt vrient å finne parkering i Lutvann-området. Vi oppfordrer til å sykle eller kjøre kollektivt, buss 69 til stoppested Ole Messelts vei. Det enkleste er å komme seg til Haugerud T, enten via T-banelinje 2 eller busslinje 79, og bytte til buss 69 der.

Servering / Kakebakere **SØKES** - ta ellers med egen saft og kaffe! Husk kopp!

Premiering / Attraktive vandrepremier i junior- og seniorklasser. Premiering til alle under 12, og trolig ganske raust ellers også. Dessuten blir det bonus-sekunder å hente for høstens mest prestisjefylte klubbløp, superfinalen 26.oktober!

Kan du hjelpe til?

Skal du ikke løpe? Opplev stemningen likevel. Vi trenger hjelpere, spesielt på start! Kontakt Arild Andersen om du kan bidra, tlf 41456331 eller arild.andersen@nrk.no