



INNBYDELSE TIL ÅPENT KLUBBMESTERSKAP FOR RINGERIKE O-LAG



Tirsdag 8. september blir det åpent klubbmesterskap for ROL med arena på Sørsetra på Krokskogen. Det kan kjøres bil helt inn og vi oppfordrer til samkjøring fra parkeringen ved Kleivstua. Premieutdeling og mat etter løpet, kr 150,- for ikke-medlemmer.

Klubbmesterskapsklasser og løype:

Nybegynnerløype med premie til alle 16 år og yngre

2 km (enkel løype): D-12, H-12, D 13-14, H 13-14, D 40-, D 60-, H 60-, D 75-, H 75-

4 km (1 sløyfe B-nivå + enkel løype): D 15-16, H 15-16, D 17-20, H 40-, D 21-

6 km (2 sløyfer + enkel løype): H 17-20, H 21-

Starten for 6 km går kl 18.

4 km starter når første løper passerer etter første sløyfe

2 km starter når første løper passerer etter andre sløyfe.

Første løper i mål er superklubbmester.

Vask: Våtklutmetoden

Samling og gryterett på Sørsetra etter løpet fra kl 19:30

Påmelding via Eventor senest søndag 6. september kl 20



