



PM for Trimtex Cup

D 13-14, H 13-14, D 15-16 og H 15-16

Søndag 26. mai 2013 på To gård, Nesodden

Om fremmøte og parkering

Langt å gå fra parkering, beregn god tid. Les mer i PM for Folloløpet.

Start og startnummer

Trimtex-Cup klassene har 2 minutter starttid mellom løpere i samme klasse.

Startnummer for Trimtex Cup-klassene finnes på start. Det er løpers ansvar å finne riktig startnummer og feste skikkelig med sikkerhetsnåler.

Klatrestrekk

Det er klatrestrekk i D 13-14, H 13-14, D 15-16 og H 15-16 fra post 3 til post 4. Der konkurreres det om beste strekktid. På toppen av klatrestrekket er det meldepost.

Forvarsel

Det er forvarsel for Trimtex-klassene ca 400 meter før mål.

Klatretrøyer

Følgende skal løpe med røde og hvite klatretrøyer:

D13-14 Ingvild Høydal, Nydalen

H13-14 Kasper Fosser, Heming

D15-16 Johanne Lægran, Nydalen

H15-16 Jostein Tandberg, Nydalen

Ledertrøyer

Følgende skal løpe med gule ledertrøyer:

D13-14 Synne Strand, Asker

H13-14 Elias Jonsson, Nydalen

D15-16 Tilla Farnes Hennem, Asker

H15-16 Vegar Gulbrandsen, Asker

**Speaker annonserer og deler ut trøyene.
Trøyene skal levers i sekretariatet etter løpet.**