



Ni-Nitti trening 1.

Samfunnet er i ferd med å åpne opp igjen og det er nå anledning for organisert trening for alle aldersgrupper, dermed kan vi ønske velkommen til sesongen første Ni-Nitti trening. For barn og ungdom vil det bli arrangert dagsamling med oppmøte kl. 10:00 på Sørli med avslutning med et o-løp ved Ørfiske. Når de er ferdig vil vi arrangere et Ni-Nitti trening for de øvrige av klubbens medlemmer etter gjeldene smittevernregler.

Fremmøte: Badeplassen på sydenden av Ørfiske, ca. 2 km å gå fra Sørli

Start: Fri start mellom kl. 13:00-14:00

Løyper og klasser:

Løyper	Klasser	Nivå	Lengde
1. Lang	SVART A H15-16,H17-,D15-16,D17	A	5,2 km
2. Mellom	RØD B H 13-14,D13-14, D40-,H60-,	B	4,4 km
3. Kort	BLÅ C D11-12, H11-12 D13-16C,H13-16C,D17C, H17C	C	1,9 km
4. Nybegynner	GRØNN N N-Åpen	N	1,7 km

(NB! Klassene er kun veiledene)

Kontingent: 0,-

Påmelding: På grunn smittevernreglene er det enten forhåndspåmelding i [Eventor](#) innen kl. 21:00 på lørdag 29 mai. eller via Spond for de som er i en treningsgruppe.

Tidtaking: Med bruk av EKT-løperbrikke; husk å oppgi brikkenummer ved påmelding. Det er mulig å bestille leiebrikke ved påmelding i Eventor om du ikke har en selv.

Terreng: Variert terreng fra nærterreng i hyttområde til villmarksterreng vest for Ørfiske, lite kupering. **NB! Hvis hensyn til hytteeiendommer!**

Livelox: Kart og løyper vil bli lagt inn Livelox så vi oppfordrer deltakere som løper med GPS klokke til laste opp sine GPS spor, så kan du finne ut hvor du har løpt og sammenlikne med andre hvor man har tapt eller vunnet tid. Løypene vil bli lagt ut som ukas løype i neste uke.

Løypelegger: Tor Brenna

Løpsleder: Tor Brenna, <mailto:lopsleder@nittedalorientering.no>

VELKOMMEN!