



# TØFFEN 2013

*Velkommen til langløp fra vårt klubbhus på Tanum*

*lørdag 28. desember.*

**Frammøte** Arena i klubbhuset på Tanum, merket fra f.v. 302 fra Larvik mot Helgeroa.

**Start** Fellesstart kl 11.00, se tabell under. Alle løyper må beregne ca. 15 min. å gå til start.

## Løyper

Tøffen	10 km	Fellesstart kl. 11:00
Tøffeln	5 km	Fellesstart kl. 11:00
Tøfflus *	3,5 km	Fristart mellom 11:01-12:00
Tøffer'n (N)	2 km	Fristart mellom 11:01-12:00

\* Tøfflus-løypen har litt lettere trasé og er veteranvennlig.

**Kart** Ulfsbakk, 1:10 000 (revideres stadig)

**Terreng/løyper** Et skikkelig skogsterreng med innslag av kontinentale områder. Det er mange stier og herlig kupering. Løypene vil inneholde alle momenter som den komplette o-løper må mestre. Vi kan love langstrek med utallige veivalgmuligheter og finurlig og krevende kartlesing med kortstrek, sugende bakker og raske stier. Rett og slett ett reall og tradisjonelt langløp!

**Påmelding** Påmelding er åpnet i Eventor. Se mer informasjon på [www.larvikok.no](http://www.larvikok.no). Påmeldingsfrist: **26. Desember kl. 23:59** (kart skal trykkes).

**Påmeldingsavgift** Ordinær påmelding kr 100,-. Etteranmelding kr 150,-. Tøffer'n (2 km) kr 50,-. Faktureres klubbene i etterkant.

**Etteranmelding** På e-post til: [arne.dirdal@gmail.com](mailto:arne.dirdal@gmail.com), oppgi navn, klubb, klasse og brikkenummer så lenge vi har ledige kart, alternativt på arena frem til kl. 10:30.



**Garderobe/dusj** På klubbhuset.

**Salg** Kiosk og koselige småbord i kafeen inne på klubbhuset.

**Løpsleder** Per Olav Gulbrandsen, [per.olav.gulbrandsen@lf-nett.no](mailto:per.olav.gulbrandsen@lf-nett.no) (M) 41 300 777

**Løypeleggere** Karina Nordrum Stokkenes og Grethe Clausen.

**Snøforbehold** Info om dette blir lagt ut på [www.larvikok.no](http://www.larvikok.no) eller kontakt løpsleder. Snør vi ned, er «plan B» en langsprint i Larvik i stedet.

**Vel møtt på vårt klubbhus!**