

PM



2. løp i Foll-o-karusellen 2014 onsdag 4. juni på Hebekk

Offentlig transport: Tog til Ski stasjon, 10 min. gangtid til Hebekk skole

Parkering: Hebekk skole, Sørjordet 7, merket fra kryss Nordbyveien/Oppegårdveien, 600 meter til samlingsplass.

Start: Fri start mellom 18.00 og 19.00. 200 m å gå fra samlingsplass, merket med blå og gule bånd, merket fra startpunkt til starttrekant.

Kart: Nøstvedtmarka målestokk 1:7 500, ekvidistanse 5 meter, delvis revidert i 2014
Alle løpere får kart med påtrykte løyper, ingen løse postbeskrivelser.

Terreng: Flatt og stifylt nærterreng, postene ligger tett, husk å sjekke koder!

Vask: Våtklut

Premiering: Sammenlagtpremiering for Follokarusellen, premieutdeling på siste løp.

Salg: Kaffe, mineralvann og kaker

Påmelding: På samlingsplass hvis du ikke er forhåndspåmeldt, vi har brikker til utlån.
Vi gjør spesielt oppmerksom på Lang/lettløypa! Ta gjerne med venner.

Påmeldingsavgift: Løpere t.o.m 16 år: kr 50,- / f.o.m 17 år: kr. 90,-. Faktura sendes klubbene etter løpet.

Klasser og løyper:

Løype	Lengde	Klasser
1	1830m	D -12N, H -12N
2	2030m	D11-12, H11-12, D13-16N, H13-16N, Åpen C
3	2630m	D13-14, H13-14, D70, Åpen B
4	3100m	D15-16, D40, D50, D60, H60, H70
5	3970m	H15-16, D17, H40, H50
6	5730m	H17
7	4740m	Lang/lett

Løpsleder: Jon Færden, e-post jonamf@online.no telefon 905 30 514

Løypeleggere: Bjørn Gulheim m.97750416/epost:bgulheim@venta.no/Trond Hetland
Løypeleggerne tar gjerne imot «ris/ros» på tlf /e-post eller på samlingsplass.

Ha en fin dag og lykke til i skogen!