



Invitasjon til Øst-Natt-Cup

Onsdager fra 12. november til 3. desember arrangeres nattorienteringscup i samarbeid mellom klubbene Lillomarka, Nittedal, Raumar og Østmarka.

Åpent for alle aldersgrupper. Fri start fra 18:00-18:45.

Påmelding via Eventor. Mulighet for etteranmelding på løpsdagen.

Klasser:

D13-16C, H13-16C, D13-18B, H13-18B, D16-20A, H16-20A,
C-åpen, B-åpen, A-åpen

Løyper:

Ca. 2.5 km C, Ca. 3.5 km B, ca. 4.5 km A

Løp	Dato	Arrangør	Oppmøtested	Kart
1	12.11	Nittedal	Li ungdomsskole, Slattum/Gjelleråsen	Utsnitt av Rygga Ringdalen og Li skolekart
2	19.11	Lillomarka	Lillostua ved Alunsjøen	Breisjøen 1:7500
3	26.11	Raumar	Veståsen skole	Lysedammen
4	3.12	Østmarka	Løvenstad skole	Bjønnåsen 1:7500 og Furukollen 1:5000

Øst-Natt-Cup

Sammenlagt poengkonkurranse for alle klasser/løyper der 3 av 4 løp teller individuelt. 1000 poeng til vinner, deretter trekkes 1 poeng pr. påbegynt 3 sek.

Lagkonkurranse for ungdom

I tillegg teller løpet i en lagkonkurranse. Poeng regnes i hver av de 4 løpene som følger: 3 poeng for alle ungdommer som stiller til start + beste fra hver klubb i hver av ungdomsklassene teller i klubbkonkurransen etter poengskala 7, 5, 4, 3 poeng.

Ingen startkontingent for løpere fra de fire klubbene. Andre løpere betaler kr.50,- kontant

Se Eventor for påmelding og PM for hvert enkelt løp.

Velkommen!

Østmarka OK, Raumar OL, Nittedal OL og Lillomarka OL.