

Invitasjon til Øst-Natt-Cup – vinter-O

Vi fortsetter samarbeid mellom Lillomarka, Nittedal, Raumar og Østmarka, og inviterer til en vinterserie med treningsløp.

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

Påmelding via Eventor. Mulighet for etteranmelding på løpsdagen.

Klasser:

Damer C, Herrer C, Damer B, Herrer B, Damer A og Herrer A

Løyper:

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

Løp	Dato	Arrangør	Oppmøtested	Info
1	Tirsdag 13.1	Lillomarka	P-plass Krigsskolen, Linderud	Nytt kart 2015 i 1:7500 Skiftemulighet inne
2	Tirsdag 27.1	Lillomarka	Selvbyggerveien på Tonsenhagen	Nytt kart 2015 i 1:7500, evt sprintkart hvis for mye snø Skiftemulighet inne
3	Onsdag 11.2	Raumar	Veståsen skole, Gjerdrum	Dusj og garderober
4	Onsdag 25.2	Østmarka	Sjekk i Eventor	Gate-o-løp Lørenskog
2	Tirsdag 10.3	Lillomarka	Selvbyggerveien på Tonsenhagen	Nytt kart 2015 i 1:7500, evt sprintkart hvis for mye snø Skiftemulighet inne

Individuell ungdomscup
Sammenlagt poengkonkurranse i alle klasser der 3 av 5 løp teller individuelt.

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.