

STAMINA

ÅRBOGENLØPET

også med sprintstafett

Løpet som arrangeres på IF Birkebeinerens idrettsanlegg på Årbogen i Krokstadelva har en spennende løypetrasé i området rundt Årbogen Idrettspark.

Løpet går på stier og skogsbilveier i lett kupert terreng.

Lørdag
21. oktober
kl. 12:00

LØPET ER ÅPENT FOR ALLE AKTIVE OG MOSJONISTER

LØYPER 2017: 1 km (barneløp), 4 km og 7 km
SPRINTSTAFETT: 2 løpere per lag (løype på 1 km)
START 1 KM: Kl. 12:00

START 4 KM / 7 KM: Kl. 12:30
START SPRINTSTAFETT: Kl. 13:30

KLASSEINNDELING KVINNER OG MENN:

0 -10 år (f. 17-07)	1 km
11-12 år (f. 06-05)	4 km
13-14 år (f. 04-03)	4 km
15-16 år (f. 02-01)	4 km
17-20 år (f. 00-97)	4 eller 7 km
21-34 år (f. 96-83)	4 eller 7 km
35-39 år (f. 82-76)	4 eller 7 km
Deretter 5 års klasser	4 eller 7 km

KLASSEINNDELING SPRINTSTAFETT:

J 11-12 år (f. 06-05):	2 løpere per lag, 2 etapper hver á 1 km
J 13-16 år (f. 04-01):	2 løpere per lag, 3 etapper hver á 1 km
J 17-20 år (f. 00-97):	2 løpere per lag, 3 etapper hver á 1 km
K 21 år og e. (f. 96-):	2 løpere per lag, 3 etapper hver á 1 km
G 11-12 år (f. 06-05):	2 løpere per lag, 2 etapper hver á 1 km
G 13-16 år (f. 04-01):	2 løpere per lag, 3 etapper hver á 1 km
G 17-20 år (f. 00-97):	2 løpere per lag, 3 etapper hver á 1 km
M 21 år og e. (f. 96-):	2 løpere per lag, 3 etapper hver á 1 km

PÅMELDING:

Innen onsdag 18. oktober.
E-post: ski@ibk.no
Via link:
<https://goo.gl/forms/fJG6v7D9E4gSF6TM2>

FORHÅNDSINNBETALING AV STARTKONTIGENT:

til konto 2220 28 59058,
oppgi navn, klubb, distanse og fødselsår

KONTAKTPERSON:

Nils Anders Holte, 948 28 344, ski@ibk.no

GARDEROBE:

Klubbhuset på Årbogen

STARTKONTIGENT:

Klasse 0-10 år kr. 50,-
(påmelding til barneløp + betaling
kan gjøres på Årbogen løpsdagen
innenkl. 11:00)

Klasse 11-16 år kr. 130,-
(+ engangslisens* kr. 30,-)
Klasse 17 og eldre kr. 150,-
(+ engangslisens* kr. 50,-)
Sprintstafett kr. 250,- per lag
(+ engangslisens* kr. 30,- per lag)

* Engangslisens gjelder de som
ikke har helårslisens fra
friidrettsforbundet.

PARKERING:

Kr. 50,-

ETTERANMELDING:

Inntil 1 time før start på 4 og 7 km
samt sprintstafett (tillegg kr. 50,-)

PREMIERING:

0-10 år, full premiering, 11 år og
oppover; premie til de tre beste i
hver klasse, samt uttrekkspremier
på startnummer.

Raskeste mann og kvinne på både
4 og 7 km får 1 års gratis trening
hos Stamina Group (54 sentre).
Verdi 6.187 kr.

Vipps nummer: 124801