



Lommedalen OPP

2200 m lengde – 222 m stigning

Lommedalens Idrettslag ønsker velkommen til

Lommedalen OPP

Lørdag 26. mai 2018

***Dette er et familiearrangement der både store og små er hjertelig velkommen!
Inviter gjerne familie og venner og bli med på å få Lommedalen i form!***

Vi tilbyr eget barneløp, trim-klasser uten tidtaking og konkurranse-klasser med tidtaking:

Sted: Krydsbybakken, Lommedalen skisenter, Slålomveien 40, Lommedalen.
Start: Første start kl. 11.00 (v/ Lommedalsbanen øvre)
Rennkontor: I varmetua i bunn av slålombakken
Startnummer: Utddeles fra kl 10.00. Løperbrikkene er montert i startnumrene.
For å spare tid bes alle sjekke hvilket startnummer de har før startnummer hentes.
Parkering: Parkering på anviste steder på Lommedalen skole + parkering i slålåmbakken.
Gangtid ca 10 min fra Lommedalen skole. Beregn litt ekstra tid til parkering. Det er svært begrensede parkeringsmuligheter i området, vi anbefaler derfor flest mulig å reise kollektivt eller ankomme til fots.
Påmelding: Elektronisk påmelding via EQ-timing: [Påmelding](#)
Påmeldingsfrist innen fredag 25. mai kl 12.00. Påmelding mottatt etter dette regnes som etteranmeldelse.
Ved påmelding får du tilsendt faktura på mail som du betaler på samme måte som du betaler andre fakturaer, husk å oppgi KID. Påmelding er gyldig kun når startkontingent er betalt.
Påmeldingen er bindende. Ingen refusjon ved sykdom, skade etc.
Etteranmelding: Påmelding kan skje på løpsdagen frem til kl. 10.30. Ekstra startkontingent kr. 50,- i alle voksne klasser, så lenge vi har ledig startnummer.

Klasser/Startkontingent:

Barneløp (500 m uten tidtaking):

Barn (0-7 år) Kr. 30,-

Trimklasser 2200 m (uten tidtaking):

Barn/ungdom (8-18 år) Kr. 50,-

Voksen (19 år og eldre) Kr. 90,-

Konkurranseklasser 2200 m (med tidtaking):

Barn J/G 8-12 år Kr. 100,-

Ungdom J/G 13-15 år Kr. 150,-

Junior J/G 16-18 år Kr. 200,-

Voksen K/M 19 år-49 år Kr. 200,-

Voksen K/M 50 år og eldre Kr. 200,-

* Inkludert er NFIF-lisens. Adm.gebyr EQ-timing ved betaling tilkommer.

Engangslisens:

Tilbakebetaling av engangslisens til utøvere som har helårslisens, men som har blitt belastet for engangslisens integrert i startkostnaden. Vi har valgt å integrere engangslisensen i startavgiften. Det betyr at hvis du har helårslisens, og ønsker å få refundert engangslisensen, kan du [benytte NFIFs elektronisk løsning for dette](#).



Lommedalen OPP

2200 m lengde – 222 m stigning

Startlister/Resultater: Legges ut på www.lil.no .

Premieutdeling : Premier til alle som fullfører. Deles ut ved målgang.

Premier:

Premiering av topp 3 dame og topp 3 herre i konkurranseklassen.

Premiering av topp 3 jente og topp 3 gutt under 19 år i konkurranseklassen.

Flotte uttrekkspremier foretas etter siste startende klasse.

Kafeteria:

Varm og kald mat og drikke selges fra kiosken i varmestua.

Løype:

Lengde 2200 m. 222 m høydestigning. Start ved grusbane Lommedalen skole, fortsetter ut på Gamle Lommedalsvei frem til Rema 1000, ta opp Slalåmveien og deretter inn Krydsbybakken. Nesten på toppen av Krydsbybakken tar løypa til venstre inn på sti som skal følges frem til målgang ved Haugskollen/Torvmyra. Kart over løypetrase vil bli lagt ut på våre nettsider.

Veibeskrivelse:

Følg skilt mot Lommedalen og kjør innover Lommedalsveien. Kjør opp til venstre ved Slalåmveien og følg veien til du kommer frem til Krydsbybakken (Lommedalen skisenter). Her står det personell fra arrangør for å vise vei til parkering.

Velkommen - Hilsen Lommedalens IL

Følg oss gjerne på Facebook



- REN NATUR



REN IDRETTSGLEDE



LØYPETRASE KONKURRANSE-OG TRIM KLASSER 2200M



BARNELØPET 500M

