

HOF TOPPERS – LØRDAG 7. AUGUST 2027

Sykling – løping – sykling – løping – sykling – løping –sykling osv.

5 Topper:	**36 KM SYKKEL**	**11 KM TIL FOTS**	**1.600 HØYDEMETER**
Løke Challenge (3 topper)	**27 KM SYKKEL**	**5 KM TIL FOTS**	**690 HØYDEMETER**

For 18. gang arrangerer Hof idrettslag Hof Toppers. Start og mål ved Hof skole. Hof Toppers er et duathlon hvor man sykler til angitt sykkelparkering, løper opp og ned til en topp, sykler til neste angitt sykkelparkering og løper opp og ned til neste topp, osv.
Løypa går rundt omkring i Hofs fantastisk fine natur. Syklingen foregår litt på asfaltert vei, mest skogsbilveier og noen hundre meter på sti. Løpingen foregår på stier. Hele løypa er godt merket.

Konkurransen byr på vakker natur og flott utsikt fra toppene. Gjennomfør Hof Toppers, og du er garantert et minne for livet!

Program:

Kl. 07.30 – 08.30	**Fremmøte, registrering 5topper**
Kl. 08.50	**Fellesmøte, briefing 5 topper**
Kl. 09.00	**Start 5 topper**
Kl. 09.30 – 11.30	**Fremmøte, registrering Løke Challenge - 3 topper**
Kl. 11.50	**Fellesmøte, briefing Løke Challenge - 3 topper**
Kl. 12.00	**Start, Løke Challenge - 3 topper**
Kl. 12.15	**Start, Løke Challenge – 3 topper, El sykkel**

Vi tar forbehold om at det kan bli endringer i starttidspunktene.

Klasseinndeling (det året man fyller)
14 – 20 år (ungdom)
21 – 49 år
50 – 69 år
Over 70 år

Deltagere som ligger an til å ikke være i mål til kl. 16.30 kan bli tatt ut av løpet.

Deltageravgift Hof Toppers Duathlon 2027:

	1/1 – 30/7
5 topper	650
5 topper ungdom	550
Løke Challenge / 3 topper / El sykkel	550
Løke Challenge / 3 topper ungdom	450

Lisens/forsikring kommer i tillegg.

Frem til 31.12.2026 kl.23.59 kan du bruke rabattkoden JUL26 for 150kr rabatt på påmeldingsavgiften!

Regler / informasjon.

Du tar deg rundt på eget ansvar med sykkel (terrengsykkel er best egnet). Hjelm er obligatorisk.
Sykkelløypa er merket med skilt (piler) i veikanten, før og etter hvert kryss. Stier er merket med røde og hvite bånd. Farlige partier er merket med gule bånd.

Vanlige trafikkregler gjelder. Vær varsom i kryss og bratte utforkjøringer og hold hele tiden til høyre. På alle veier kan man forvente å møte motgående trafikk (biler). Brudd på trafikkreglene kan føre til at man blir tatt ut av rittet/løpet.

Automatisk registrering (brikke) på hver topp, unntatt topp 1, Stordalen, hvor man sykler rett forbi. Sykkel parkeres på anvist plass ved hver sykkelparkering.

Alle deltagere skal være «selvhjulpne». Kun langing av drikke og mat er lovlig. Det er ikke lov å få «drahjelp» av utenforstående på sykkel.

Meld fra til nærmeste vakt eller sekretariatet hvis du må bryte rittet / løpet.
Estimering av tid 5 Topper: ca. samme tid som Birkebeinerrittet.

Premiering til den beste i hver klasse. Alle som melder seg på innen den ordinære påmeldingsfristen (29.07.27), og gjennomfører, får «Hof Toppers Duathlon finisher t-skjorte». Hvit skjorte til 5 Topper og gul skjorte til Løke Challenge / 3 Topper. Deltagermedalje til alle som gjennomfører.

Påmeldingsfrist er 29.07 kl. 23:59. Ingen som melder seg på etter ordinær påmeldingsfrist vil motta Hof Toppers finisher t-skjorte.

Sekretariat, Parkering, start, mål og garderober er ved Hofhallen.

Nettside:	**Hof Toppers | Nettside**
Facebook:	**Hof Toppers | Facebook**
Instagram:	**Hof toppers | Instagram**
Påmelding:	**Let's reg | Påmelding**
Arrangementsleder:	Åsne Solberg E-post: hoftoppers@hof-il.no Tlf. 41392362

Ytterligere info / oppdateringer vil bli gitt deltagere på e-post, noen dager før arrangementet.

Velkommen til Hof lørdag 7. august 2027!