

BODØSTAFETTEN 2019

E DÅKKER MED?

Løpsfesten for alle!

Vi har gleden av å ønske velkommen til den andre versjonen av Bodøstafetten. I fjor deltok over 800 løpere, på det som må kunne regnes å være en enorm suksess for både Bedriftsidretten i Nordland, men også for Bodø. Det meste gikk bra i fjor, men vi ønsker selvfølgelig å forbedre oss – og har tatt til oss mange av de gode tipsene vi fikk fra de som løp, politiet og andre aktører som var involvert! Årets versjon håper vi skal bli enda bedre – vi gleder oss!

Under finner dere nyttig informasjon om årets utgave av Bodøstafetten.

Etapper Bodøstafetten

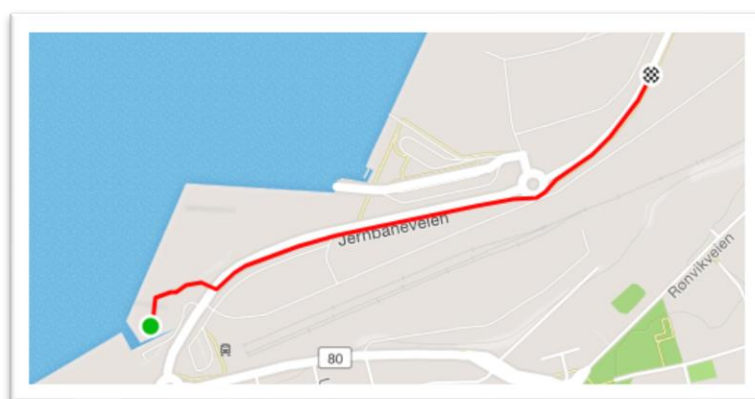
Det er totalt 8 etapper under Bodøstafetten. Start og mål blir ved nye Hurtigrutekaaien, nedenfor NRK-bygget. Etappene er av ulike lengde og innbyr til at det finnes noe for en hver smak!

Hvilken etappe skal du løpe?

Pangstarten

Lengde: 800m

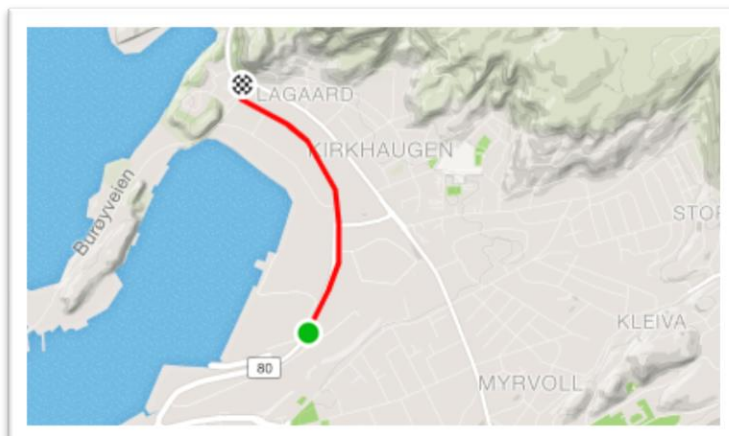
Beskrivelse: Flat etappe. Første etappe begynner på havnen nedenfor NRK. Etappen er flat og fin og beveger seg bortover Jernbaneveien og over første rundkjøring ved innkjørsel til Hurtigrute/fergekaaien. Veksling er ca. 300 meter etter denne rundkjøring. Selv om etappen er flat og fin er 800 meter en vanskelig distanse å gjennomføre riktig! Husk at melkesyren fort kan komme før du har passert 400meter, pass på å spar litt til andre halvdel!



Nordavinden

Lengde: 1.3km

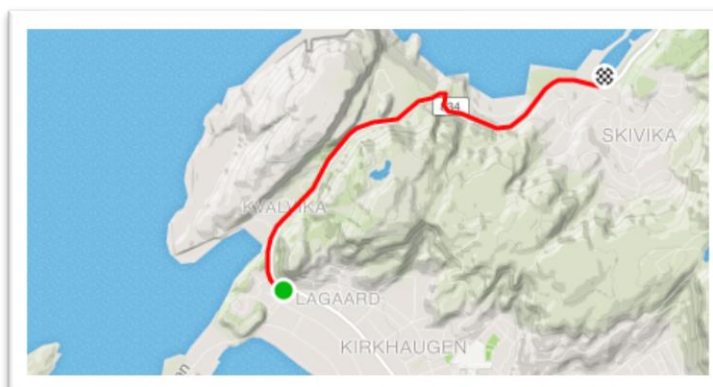
Beskrivelse: Flat etappe med 50 meter slak motbakke helt på slutten. Da etappene i utgangspunktet er flat hele veien er utfordringen å finne en jevn marsjfart som du holder hele veien til veksling! Du løper over Burøyveien og inn på Nordstrandveien før du veksler med etappe 3. Husk at det er en liten stigning på slutten som du må ha krefter til å spurte opp! Her kan det bli noen morsomme smeller!



Bratten F16

Lengde: 2.5km

Beskrivelse: Her er den første motbakkeetappen! I tillegg skal det løpes ned på motsatt side av Bratten når du kommer opp – så her må det disponeres. Du løper opp på toppen av Bratten og bikker nedover mot Skivika. Når du kommer ned til Skivika løper du over innkjørselen til Skivika og under undergangen til havnen. Veksling med etappe 4 skjer like etter undergangen!

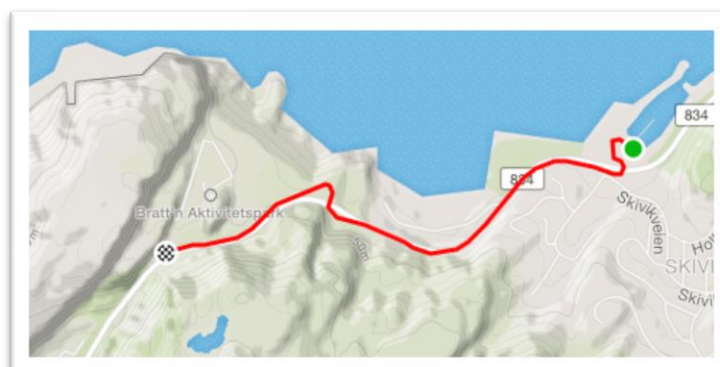


Fjellgeita

Lengde: 1.5km

Beskrivelse: Her er den store syrefesten! Flatt første 2-3meterne før det er en kilometer med motbakke opp til toppen av Bratten! Er du toppturentusiasten på jobb? Etappen for deg!

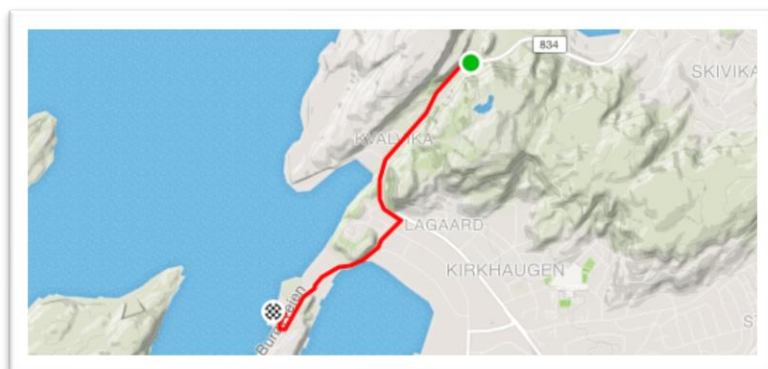
Veksling med etappe 5 på gangfeltet ved Bratten aktivitetspark.



Burøylukta

Lengde: 2.1km

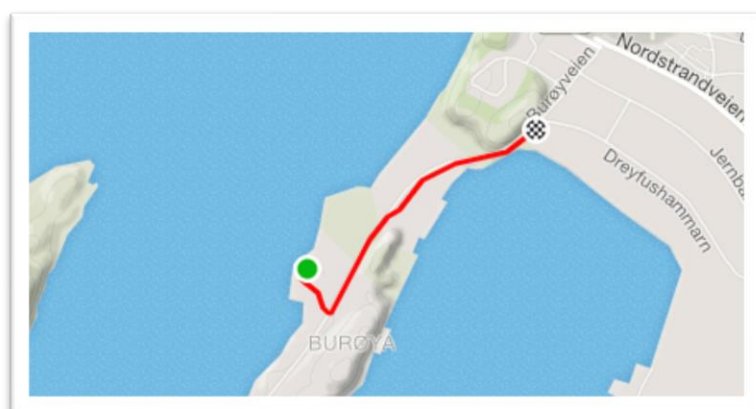
Beskrivelse: Den store utforbakken! Du løper ned mot byen fra Bratten, husk at lårene kan bli støle i nedoverbakkene også. Når du kommer ned til Burøyveien svinger du inn på den og løper utover mot Burøya. I det lukten av Bodø nærmer seg løper du over veien og inn til veksling utenfor Maskinering AS.



Dreyfushammarn

Lengde: 700m

Beskrivelse: Etappen går svakt oppover de første 150 meterne, før den flater litt ut og går svakt nedover. Helt flatt på slutten. Her skal det spurtes bort til Dreyfushammarn. Veksling like før Dreyfushammarn. Nok en etappe som virker kort og enkel, men som kan være vanskelig å disponere!

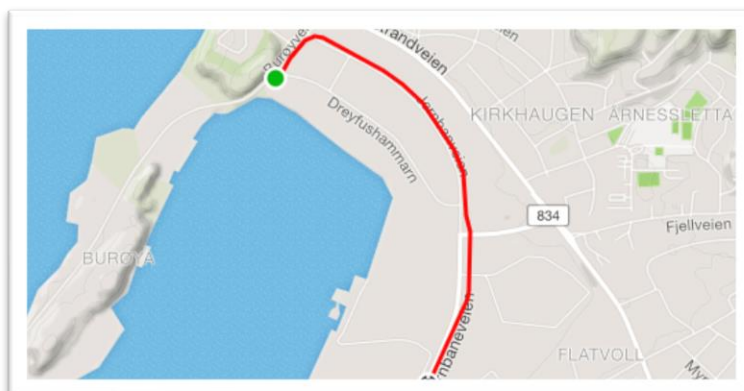


Sjarmøren

Lengde: 1.3km

Beskrivelse: Flat og fin etappe på vei mot sisteetappen. Inspirert av Holmenkollstafetten er det nest siste etappe som kalles for sjarmøretappen. Her skal det sjarmeres inn mot siste etappe!

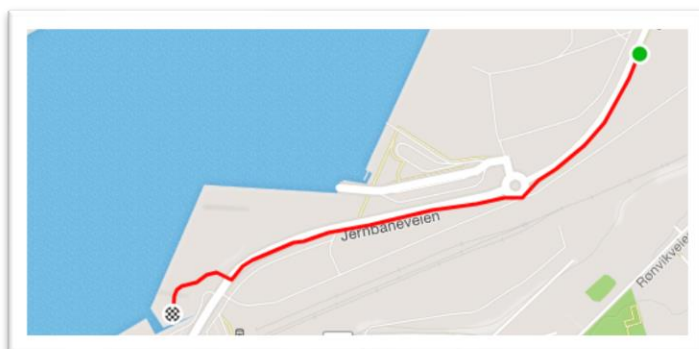
Er du heldig har du medvind fra Nord! Da går det fort bortover leira!



Innspurten

Lengde: 800 meter

Beskrivelse: Siste etappe inn mot mål! Flatt med en lite dupp på slutten! Her skal det løpes fort! 800 meter sies å være den vanskeligste distansen å løpe, men dette får du til! Husk på alle lagkameratene dine som har transportert stafettpinne over 10km allerede! Kjør!



Påmelding

Påmelding skjer via EQ-timing sine nettsider:

[Påmelding Bodøstafetten](#)

Her må det opprettes en konto som tilhører lagleder på ditt lag. Det er også mulig å logge inn via Facebook.

[Hjem](#)[Norsk](#)[Sondre Skjelvik](#)[Logg ut](#)



BODØSTAFETTEN

[Påmelding](#)[Min side](#)

Påmelding

Bedrift Kvinner	NOK 1.200,-	Meld på
Bedrift Menn	NOK 1.200,-	Meld på
Bedrift Mix	NOK 1.200,-	Meld på
Idrettslag	NOK 1.200,-	Meld på

[Hjelp og betingelser](#)[EOTIMING](#)

Velg hvilken klasse dere skal delta i.

[Hjem](#)[Norsk](#)[Sondre Skjelvik](#)[Logg ut](#)



BODØSTAFETTEN

1

Handlekurv

[Påmelding](#)[Min side](#)

Du har lagt en påmelding i handlekurven.
Legg til flere eller klikk her for gå videre.

Påmelding

Bedrift Kvinner	NOK 1.200,-	Meld på
Bedrift Menn	NOK 1.200,-	Meld på
Bedrift Mix	NOK 1.200,-	Meld på
Idrettslag	NOK 1.200,-	Meld på

[Hjelp og betingelser](#)[EOTIMING](#)

Produktet blir da lagt i handlekurven.

Hjem
Norsk
Sondre Skjelvik
Logg ut





Handlekurv

BODØSTAFETTEN

Påmelding
Min side

Handlekurv

[Tøm handlekurv](#)

Produkt / Øvelse	Antall	Total
 Bedrift Mix	1	NOK 1.200,00
Sum		NOK 1.200,00

Neste

Hjelp og betingelser
EQTIMING

Produkt og pris vises i handlekurven. Trykk på handlekurv for å få dette vinduet opp. Trykk neste.

Bedrift Mix - Løpeglede

Bedrift Mix

Endre øvelse

Lagnavn*
Løpeglede

Nasjonalitet*
Norge

Klubb/Lag/Bedrift
Løpeglede

Søk klubb

Klasse*
Trim

Legg til deltakere i laget

Registrering av etapper er frivillig – kan eventuelt gjøres senere

Søk etter utøver

Søk


1
Sondre
Skjelvik
11.05.1991

Mann
Brikke

Legg til etappe

Rabattkode

Kontaktperson+TIF*
Sondre Skjelvik + 41527666

☒
Motta nyhetsbrev fra arrangør. Melder du på andre enn deg selv så må du selv innhente dette samtykke.

☒
Ja, jeg samtykker til at EQ Timing kan lagre og behandle personopplysninger. Melder du på andre enn deg selv så må du selv innhente dette samtykke. [\[les mer\]](#)*

Legg inn lagnavn og klubb/lag/bedrift. For å legge til deltakere trykker dere legg til etappe. **NB: IKKE fyll ut noe på Brikke!**

Fullfør påmeldingen

Varenavn	Stk.Pris	Antall	Total
Bedrift Mix - Løpegleder	NOK 1.200,00	1	NOK 1.200,00
Sum			NOK 1.200,00

Fakturamottaker

Sondre Skjelvik

8009 BODØ

Norge

Tlf: +4741527666

Epost: sondreskjelvik@gmail.com

Tilleggsinfo

Deres referanse

Velg betalingsmåte

✓ Faktura	gebyr NOK 0,00
MobilePay	gebyr NOK 30,00
Vipps	gebyr NOK 30,00
Kredittkort	gebyr NOK 30,00

Velg betalingsmåte. Kontroller at klassen er riktig og at riktig lagnavn dukker opp bak produktet. Da er dere klare for stafett når dere har sjekket ut!

Premiering

Det vil bli gitt pokal til vinnerne i hver klasse.

I tillegg trekkes det et bredt utvalg av flotte premier til tilfeldige deltakere som har fullført sin respektive etappe.



Generell info

Mer info angående starttidspunkter, tv-sendinger, vekslingssoner og diverse kommer senere.

