

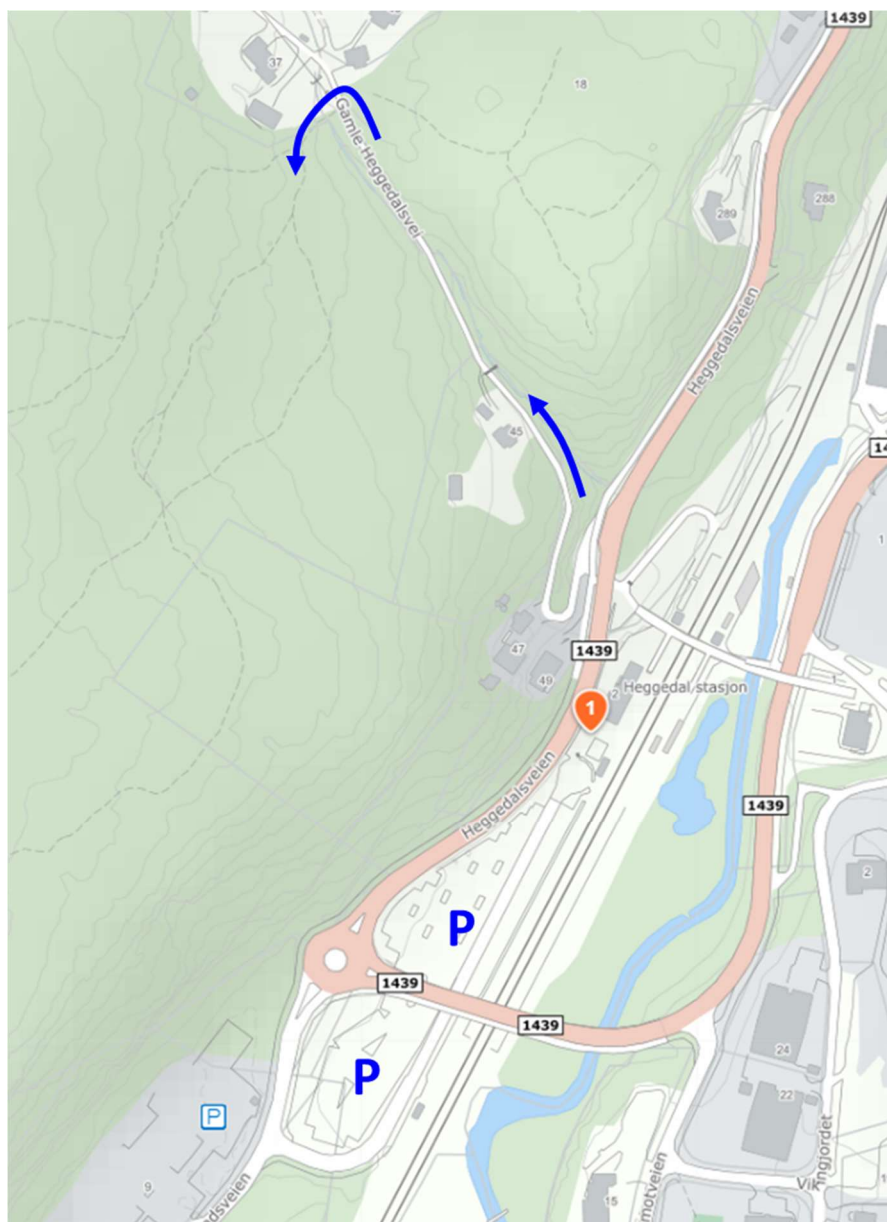


ASKER SKIKLUBB

P16 OBIK / AB løp 3 / Asker ABC nr. 4

Klubbmesterskap for Asker, Røyken og Lierbygda

Tid	Tirsdag 31. august 2021 kl. 16:30 – 20:00
Samlingsplass	Nyborgåsen/Heggedal, Asker: Følg Gamle Heggedalsvei (gangvei) fra Heggedal stasjon/Heggedalsveien. Det er merket til samlingsplass. Avstand ca. 500 meter fra stasjonen i oppoverbakke.
Adkomst	Parkering ved søndre P-plass ved Heggedal togstasjon. Offentlig transport: Tog hver 30 min til Heggedal stasjon.



Løyper og klasser

Løypelengder er omtrentlige.

Løyper	Lengde	Nivå	Klasser
Lang	4,5 km	A	H15-16, H17-34, H35-44, H45-49, H50-54 DL (Damer Lang) ÅL
Mellom	3,5 km	A	D15-16, D17-34, D35-44, D45-49, D50-54 H55-59, H60-64 ÅM
Kort	2,5 km	A	D55-59, D60-64, D65-69, D70-74, D75-79, D80- H65-69, H70-74, H75-79, H80- ÅK
B-løype	3 km	B	D13-14 H13-14 BÅ
C-løype	2,5 km	C	D11-12 H11-12 CÅ
Nybegynner	2 km	N	D9-10 H9-10 NÅ

De åpne klassene (ÅL, ÅM, ÅK, BÅ, CÅ og NÅ) er for alle løpere som ikke kan/vil starte i de aldersbestemte klassene.

Smittevern

Løpet arrangeres i henhold til de siste retningslinjer fra NOF samt de til enhver tid gjeldende nasjonale, regionale og kommunale smittevernbestemmelser.

Personer som har symptomer på luftveisinfeksjon skal ikke delta (heller ikke ved milde symptomer). Dette gjelder også personer som er i karantene eller isolasjon. Personer i risikogruppe anbefales på generelt grunnlag å ikke delta i arrangementer.

Vi gjør oppmerksom på at arrangementet kan bli avlyst på kort varsel etter pålegg fra myndighetene. Rammene for løpet kan også bli endret i tiden frem til løpet.

Kart	Dikemark-Blåfjell, utgitt til NM-uka i 2014, jevnlig revidert 2019 - 2021 ved Trond Rønneberg og Håkon Løvli.
Terreng	Middels kupert til kupert terreng. Vegetasjonen består av gammel gran- og furuskog. Det er relativt åpent på de høyereliggende partiene. Noen områder med tett vegetasjon og innslag av løvskog. Generelt god løpbarhet.
Påmelding	Forhåndspåmelding i Eventor for trykking av kart i riktig antall. Påmeldingsfrist 30. august kl. 23:59 Direkte påmelding ved start vil være mulig, men med forbehold om at det er kart til overs.
Startkontingent	Løpere t.o.m. 16 år: kr 50,- / f.o.m. 17 år: kr 70,- Betaling med VIPPS ved henting av kart. Medlemmer av Asker SK, Røyken OL og Lierbygda OL starter gratis.
Start	Fri start mellom kl. 16:30 og 19:00. Mål stenger kl. 20:00. Medlemmer av Asker SK, Røyken OL og Lierbygda OL oppfordres til å starte fra kl.17:30.
Tidregistrering	Stempling med Emit EKT. Arrangøren har et begrenset antall brikker til utleie mot kr. 30.
Resultater	Legges ut på www.brikkesys.no og i Eventor
Premiering	I henhold til OBIKs regler
Klubbmesterskap	Løpet er også klubbmesterskap for Asker SK, Røyken OL og Lierbygda OL (premieutdeling arrangeres klubbvis senere).
Drikke	Ingen servering av drikke p.g.a. smittevern. Løperdrikke må medbringes.
Toaletter	Ingen toaletter
Vask	Våtklut
Løpsledere	Mikael Birkelund og Vilmer Nyberg Kontakt ved spørsmål: Øyvind Linnebo, tlf. 41 50 96 10, oyvlin@gmail.com
Løypeleggere	Mikael Birkelund og Vilmer Nyberg

Velkommen til løp i Asker!