

PM - KLUBBMESTERSKAP 2018

Tirsdag 25. september.



HIL

OPPMØTE : VED O-HYTTA I DJUPADALEn.

FRAMMØTE: Senest kl. 16.55. Fellesstart kl. 17.15

Rekrutter og nybegynnere : Frammøte kl. 17.30

	LENGDE	NIVÅ	KLASSE
NY	1,5 km	N	Rekrutter og nybegynnere. Frammøte kl. 17.30
KORT	2,2 km	B	H 11- 14 D 11 - 14 D50 H70
MELLOM	2,7 km	A	D 15 - 49 H 50 - 69
LANG	3,6 km	A	H15 - 49

Viss noen ønsker å starte i en annen klasse - en lengre og mer krevende løype - så ta kontakt før start.

Gafling: **LANGLØYPA OG MELLOMLØYPA HAR INNLAGT GAFLING** for å hindre køløping

MÅLESTOKK 1: 7500

Første dameløper og første herreløper i mål blir klubbmestere.

Åpen o-hytte med saft og kake - Etter løpet.

