

Haukeland Sykehus Idrettslag innbyr til bedriftsorienteringsløp **Mandag 21. Juni 2010**

Fremmøte

Mesta, rett ved Stavollen

Parkering

Parkeringsplassene ved bedriftene og langs veien. Det er begrenset med parkering, så kjør kompis!
Samlingsplass ved Mesta.

Buss

Fra sentrum: linje 560. 14.30, 14.40, 14.45, 15.20, 15.25, osv. Dette gjelder Tide sine ruter, de har hyppige men ikke helt systematiske ruter. *MEN:*

Fra og med 20.06 overtar Skyss, og de ikke lagt ut ruter. Ring info nr. 177.

Start

Fleksi-start mellom 17.00 og 18.30. Ca. 5 min. å gå til start.

Kart

Stendskogen, utgitt 2007 av Bergens Turnforening. Målestokk: 1:10000, (1:7500 for N og C) 5 m ekv.
Utleveres 1 min før start (ferdig preparert).
Nybegynnerløypen utleveres ved påmelding.

Startkontingent

Kr.70.- i alle klasser. Brikkeleie kr. 25.-

Påmelding

Deltakere som har samme brikkenummer som ved siste bedriftsløp melder seg på ved å legge brikken på en avleserenhet ved påmelding. Klasse kan endres.

Øvrige løpere må ved påmelding fylle ut påmeldingsskjema med navn, klasse, klubb og brikkenummer

Garderobe

Friluft

Løpsantrekk

Skal dekke hele kroppen unntatt hode, hals og armer.

Løyper/klasser

Nybegynnerløype (N-løype): 1,9 km
DN, DUN, HN, HUN

Kort løype (C-løype): 2,3 km
H16C, H30C, H40C, H50C, H60C, H70C, H80C, HUC
D16C, D30C, D40C, D50C, D60C, D70C, DUC

Mellom løype (B-løype): 3,7 km
H16B, H30B, H40B, H50B, H60B, H70B, HUB
D16B, D30B, D40B, D50B, D60B, DUB

Lang løype (A-løype): 4,6 km
H16A, H30A, H40A, H50A, H60A, HUA
D16A, D30A, D40A, D50A, DUA

Teknisk arrangør

Haukeland sykehus Idrettslag

Løpsleder

Ella Moe-Nilssen. Mobil: 93409448 ella.moe-nilssen@helse-bergen.no

Løypelegger

Erling Strand tlf. 55210500 (a) 92602374(p)

Kontrollør

Dag Holsen tlf. 55559620 (a) 92287956 (p)

HUSK Å GI BESKJED TIL ARRANGØREN DERSOM DU BRYTER LØPET !

VEL MØTT !