



## Tryg BIL innbyr til bedriftsorienteringsløp onsdag 3.mai 2023.

### Fremmøte / Parkering / Startkontingent

Trygs P-plasser mellom Folke Bernadottesvei 40 og 50, Fyllingsdalen.  
Begrenset parkering ved fremmøteplass - følg anvisning fra P-vakter.

Startkontingent kr. 100,- i alle klasser. Brikkeleie kr. 35,-.

**Kun betaling med mobilappen Vipps**, se info her: <http://o-bergen.no/web/vipps>.

- Betal til 516407, Orientering, Vestland Bedriftsidrettskrets
- Merk betalingen med **Tryg BIL 3.5.2023**
- Betal **før** du går til påmelding, vis kvittering/skjermbilde ved påmelding.

### Buss / Bybane

Flere linjer til Fyllingsdalen terminal 2-3 min. gangavstand fra arena.  
(<http://www.skyss.no>)

### Start

Fleksi-start mellom 17.00 og 18.30. Ca. 15 min. å gå til start på vei/sti.  
Postene/Mål tas inn 20.30. Løse postbeskrivelser er også tilgjengelig i A/B løyper.  
**NB!** 5 minutter å gå fra målgang tilbake til arena og avlesning av brikke.

### Kart / Terreng

Utsnitt av Kanadaskogen, utgitt av Årstad IL 2013 med seinere oppdateringer.  
Målestokk: **1:6 000**, 5 m ekv. Utleveres 1 min før start (ferdig preparert).  
Nybegynnerkart utleveres ved påmelding.

Løypene går i området Løvåsen, Eikelifjell og Barlia. Småkupert til kupert  
skogsterreng med en del skråli, mange stier, noe undervegetasjon og en del myrer.

### 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.

Løpere som har løpt bedriftsløp tidligere men som har ny/annen brikke melder seg  
også på ved å legge brikken på en avleserenhet ved påmelding.

Det oppfordres til at helt nye løpere sender e-post til [resultatservice@o-bergen.no](mailto:resultatservice@o-bergen.no) med navn, klubb, løpsklasse, brikkenummer og telefonnummer seinest kl. 21.00 to dager før løpet istedenfor å fylle ut påmeldingskjema ved påmelding.

### Garderobe / Vask / Toaletter

Friluft / Våtklut / Ingen toalett fasiliteter.

### Løpsantrekk

Skal dekke hele kroppen unntatt hode, hals og armer.

### Løyper/klasser

**Nybegynnerløype (N-løype): 1,6 km**  
DN, DUN, HN, HUN, Trim N

**Kort løype (C-løype): 2,0 km**  
H16C, H30C, H40C, H50C, H60C, H70C, H80C, H90C, HUC  
D16C, D30C, D40C, D50C, D60C, D70C, D80C, DUC, Trim C

**Mellom løype (B-løype): 2,9 km**  
H16B, H30B, H40B, H50B, H60B, H70B, HUB  
D16B, D30B, D40B, D50B, D60B, D70B, DUB

**Lang løype (A-løype): 3,9 km**  
H16A, H30A, H40A, H50A, H60A, H70A, HUA  
D16A, D30A, D40A, D50A, D60A, DUA

*Aktive løpere under 30 år skal stille i U-klasse!*

Trim N og Trim C klassene har resultatlistene uten sluttider!

### Teknisk arrangør

Tryg BIL

### Løpsleder

Inger Lise Angelskår, mobil. 47 60 96 79, [inger.lise.angelskar@tryg.no](mailto:inger.lise.angelskar@tryg.no)

### Løypelegger /Kontrollør

Jan Haugland, [jan.haugland@tryg.no](mailto:jan.haugland@tryg.no) / Ragnar Kayser

DET ER STRENGT FORBUDT Å LØPE I HAGER.

HUSK Å GI BESKJED TIL ARRANGØREN DERSOM DU BRYTER LØPET!

VEL MØTT!