



Tryg BIL innbyr til bedriftsorienteringsløp onsdag 14.mai 2025.

Fremmøte / Parkering / Startkontingent kartlink: [Nordnæsdalen](#)

Idrettsbanen i Nordnæsdalen, merket fra rundkjøring ved Løvestakktunnelens sydlige utløp (fv. 540). Parkering på samlingsplass etter anvisning fra P-vakter,

kroner 30,- i parkeringsavgift. (betales på VIPPS sammen med startkontingenten)

Kjør aktsomt og rolig på den smale og bratte Nordnæsdalsveien.

Startkontingent Kr. 120,- **150,- om også parkering.** Brikkeleie kr. 35,- i tillegg

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 14.5.25
- Betal **før** du går til påmelding, vis kvittering/skjerm bilde ved påmelding.

Buss

Fra sentrum (nord) til stoppested Løvestakktunnelen,
fra Fyllingsdalen (syd) til stoppested Sikthaugen / Vestre Sikthaugen,
15-20 minutter å gå til samlingsplass. (<http://www.skyss.no>)

Start

Fleksi-start mellom 17.00 og 18.30. Ca. 1 min. å gå til start.

Postene/Mål tas inn 20.30. Ingen løse postbeskrivelser, kun på kartet

Kart / Terreng

Utsnitt av Damsgårdsfjellet, utgitt av Årstad IL 2010 med seinere oppdateringer.
Målestokk: 1:7 500 i A og B-løypen, andre løyper 1: 5 000, 5 m ekv. Utleveres 1 min før start (ferdig preparert). Nybegynnerkart utleveres ved påmelding.

Relativt åpent, stedvis grovkupert og stirikt, noe undervegetasjon og en del skråli.

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 med navn, klubb, løpsklasse, brikkenummer og telefonnummer seinest kl. 21.00 to dager før løpet istedRelativtenfor å fylle ut påmeldingsskjema ved påmelding.

Garderobe / Vask / Toaletter

Friluft / Våtklut / Ingen toaletter.

Løpsantrekk

Skal dekke hele kroppen unntatt hode, hals og armer.

Løyper/klasser

Lang løype (A-løype): 3,8 km

H16A, H30A, H40A, H50A, H60A, H70A, HUA
D16A, D30A, D40A, D50A, D60A, DUA

Mellom løype (B-løype): 2,6 km

H16B, H30B, H40B, H50B, H60B, H70B, HUB
D16B, D30B, D40B, D50B, D60B, D70B, DUB

Kort løype (C-løype): 1,9 km

H16C, H30C, H40C, H50C, H60C, H70C, H80C, H90C, HUC
D16C, D30C, D40C, D50C, D60C, D70C, D80C, DUC, Trim C

Nybegynnerløype (N-løype): 1,5 km

DN, DUN, HN, HUN, Trim N

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

Trim N og Trim C klassene har resultatlister uten sluttider!

Teknisk arrangør

Tryg BIL

Løpsleder

Inger Lise Angelskår, mobil. 47 60 96 79, inger.lise.angelskar@tryg.no

Løypelegger / Kontrollør

Jan Haugland, jan.haugland@tryg.no / Eyvind K. Malde

DET ER STRENGT FORBUDT Å LØPE I HAGER.

HUSK Å GI BESKJED TIL ARRANGØREN DERSOM DU BRYTER LØPET!

VEL MØTT!