

English summary of this newsletter will be downloaded to  
<http://www.kondis.no/Romerike/index.php?aid=68905&k>

## Hei alle påmeldte i Kristins Runde 2009

### 5 dager igjen

Da er det 5 dager igjen til Kristins Runde.

Værmeldingen er bra: <http://www.yr.no/sted/Norge/Oppland/Jevnaker/Trantjern/langtidsvarsel.html>

Alle er godt forberedt – og deltagerne og arrangører gleder seg.

### 81,9 km – fine forhold

Etter oppdatert kontrollmåling viser det seg at løypa er 81,9 kilometer – inkl. bakken opp/ned fra Trantjern Gård. Det er ikke spesielt tørt eller spesielt vått på stipartiene.. og med den værprognosen vi har for dagene fram til løpet bør det bli veldig gode løpsforhold.

### Kart og løypebeskrivelse

Oppdatert løypebeskrivelse og og innskannet løypekart er vedlagt, dette ligger også på hjemmesiden:

<http://www.kondis.no/Romerike/index.php?aid=68905&k>

Ved frammøte på Trantjern Gård får dere:

- kartet i A3-størrelse i plastpose
- løypebeskrivelse på plastpapir- 2sidig
- startnummer og drop-bag merkelapp i plastpapir

### 32 påmeldte – 23 som starter?

Pr 22.juni har vi 32 påmeldte, men hele ni løpere har av ulike årsaker meldt forfall. Oppdatert liste finner dere her: [http://kondis.oslonett.no/Romerike/Innbydelser/KR\\_2009\\_Paameldte.pdf](http://kondis.oslonett.no/Romerike/Innbydelser/KR_2009_Paameldte.pdf)

### Finn Fram

Finn-fram-kart er vedlagt (ligger også på hjemmesiden). Vær obs på st det ikke er kjørbare vei fra Mylla-siden. Eneste adkomst er via rv.35 slik det er vist på de tre kartene i vedlegget.

**Bompenger kr 40,- kan kun betales kontant !**

### Transport

For de som har meldt behov for transport har vi organisert dette slik:

- Bengt (+46 70 936 09 52) og Daniel (+46 70 642 47 23) hentes på Oslo S av Marit (+47 905 33 438), tog kommer fredag 14:36, avreise søndag 15:49.
- Bruno (913 74 483) hentes av Marit på Oslo S eller Grua st.
- Niclas (+46 70 291 77 93) hentes på Gardermoen av Olav (+47 901 72 776), kommer fredag 10:45, avreise søndag 15:00.
- Mikko (+47 468 29 719) hentes i Oslo av Jon Harald (+47 971 23 727) lørdag morgen.

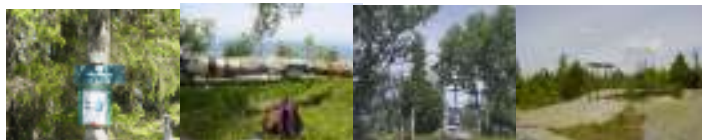
De enkelte tar kontakt direkte for å avtale nøyaktig sted og tid.

### Overnatting og bespising

Ca halvparten av deltagerne vil overnatte på rom på Trantjern Gård i tillegg til noen som benytter eget telt. Snart 100 år gamle Trantjern Gård er under roppussing, men det pågår ikke arbeid i øyeblikket. Det er enkle, men koselige rom – med dusj og toalett på gangen. Romfordeling følger nedenfor. Gi beskjed hvis det er ønske om endringer.

Inkludert i overnattingsprisen er frokost, matpakke for de som ønsker det og middag. Mange som ikke bor på Trantjern Gård har bestilt middag – og spesielt løpsdagen blir vi mange til felles middag.

## 2. Kristins Runde Lørdag 27.juni 2009



81,9 km



- Helgehaugen 705 moh - Lamannshaugen 701 moh - Svartjernshøgda 717 moh - Ringkollen 701 moh -

Dersom noen – som ikke har bestilt tidligere – ønsker overnatting, er det fint om de gir beskjed til undertegnede senest torsdag kveld.

## Romfordeling:

|             |       |        |        |
|-------------|-------|--------|--------|
| 4-sengs rom | FR+LØ | Oddvar | Røsten |
| 4-sengs rom | FR+LØ | Olav   | Engen  |
| 4-sengs rom | LØ    | Gunnar | Fæhn   |
| 4-sengs rom |       | ?      |        |

|             |       |       |         |
|-------------|-------|-------|---------|
| 4-sengs rom | FR+LØ | Bruno | Pålsson |
| 4-sengs rom | LØ    | Mikko | Luusalo |
| 4-sengs rom |       | ?     |         |
| 4-sengs rom |       | ?     |         |

|             |       |         |           |
|-------------|-------|---------|-----------|
| 2-sengs rom | FR+LØ | Amalija | Kovacic   |
| 2-sengs rom | FR+LØ | Arne    | Halvorsen |

|             |       |        |          |
|-------------|-------|--------|----------|
| 2-sengs rom | FR+LØ | Bengt  | Johnsson |
| 2-sengs rom | FR+LØ | Niklas | Grip     |

|             |       |       |               |
|-------------|-------|-------|---------------|
| 2-sengs rom | FR+LØ | Marit | Berg Bjerknes |
|-------------|-------|-------|---------------|

|             |       |     |      |
|-------------|-------|-----|------|
| 2-sengs rom | FR+LØ | Per | Lind |
|-------------|-------|-----|------|

Dusjkapasitet er noe begrenset, så dersom det er fint vær er det fint om flest mulig legger turen bort til Mylla for et forfriskende bad etter løpet. De som ikke har bestilt overnatting kan ikke påregne å dusje inne, det må de event. forhøre seg med vertskapet om.

## Annen servering

Ved målgang spanderer vi mineralvann og snacks i partyteltet utenfor Trantjern Gård.

Det er for øvrig salg av kioskvarer og også mulig å bestille annen mat etter ønske - når som helst på dagen – på Trantjern Gård både for de som overnatter og andre besøkende.

## Tidsskjema

### FREDAG

14:00+ Innsjekking for de som skal overnatte  
19:00 Middag

### LØRDAG:

05:30-06:30 Frokost  
06:00-06:45 Utdeling av kart, startnummer og løypebeskrivelse  
06:45 Opprop og de siste instruksjoner  
07:00 Start  
15:00 Løperne begynner å komme til mål  
20:00 Middag og premieutdeling (beltespinner)\*

### SØNDAG:

08:00-09:00 Frokost

\*De som skal fort hjem får finisher-beltespenna fortløpende

## PM – løpsinformasjon:

Denne er dessverre ikke klar før sent i morgen kveld... sendes da pr mail og legges også ut på hjemmesiden. Her vil det være info om følgesyklister, drop-bags, merking, tidtagerbrikker med mer. Det er viktig at dere har lest denne før start.

Vennlig hilsen



Olav

## 2. Kristins Runde Lørdag 27.juni 2009



81,9 km



- Helgehaugen 705 moh - Lamannshaugen 701 moh - Svartjernshøgda 717 moh - Ringkollen 701 moh -