



MORTENLØPENE 2012

Njåskogen

En del av "Jæren og Dalene langdistansecup"

Premiesponsor:



- Dato: Lørdag 21 April - kl. 13.00
- Distanser / Klasser: 750m - Gutter/Jenter 7-10år
2250m - Gutter/Jenter 11, 12, 13, 14, 15 og 16år
4450m - Gutter/Jenter 15 - 19år og Menn/Kvinner 20år+
8900m - Menn/Kvinner 17år+
- Tidskjema: 13.00: 750m (miniløypen)
13.10: 2250m (kortløypen)
13.30: 4450m (1 runde i Langløypen)
14.00: 8900m (2 runder i Langløypen)
- Påmelding: Senest ved start kl.12.45.
Forhåndspåmelding på
www.gjesdal-il.com/friidrett
- Startkontigent: 7 - 14 år: 50 kr
15 år og eldre: 100 kr.
- Kontonummer: 3280.10.13421
- Praktisk info: Parkering ved skogvokterboligen. Parkeringsavgift kr. 10,-
- Start /Mål: 400 meter å gå fra parkeringen. Følg grusveien og merkebånd.
- Løypebeskrivelse: *Langløypen* er 4450m der de som løper 8900m tar 2 runder.
Kortløypen er 2250m (Kortløypen) kutter etter 1200m og løper siste 1000m av langløypen.
Miniløypen løper første 180m før de kutter av å løper siste 550m av langløypen til mål.
- Alle løypene går på kryss og tvers i skogen på myke, smale og brede nålebundstier med noen røtter og sørpepartier. Ellers tørt og fint, men småkupert og krevende. Løypene er godt merket.
Løypekart på <http://www.gjesdal-il.com/friidrett/>
- Kontaktperson: Morten Karlsen, mobil: 932 20 607



GJESDALBUEN