

BERGENS TURNFORENING



FRIDRETT

ønsker velkommen til:

TVEITEVANNET RUNDT



STAFETT

Tirsdag 23. april 2013
kl. 18.00

Fremmøte ved Turnhallen på Slettebakken

Her deles ut program/startlister og startnummer for hvert lag. Møt opp tidlig.

Registrering av lag: Sammen med startnummer finner dere et skjema for registrering av utøverne på laget. Dette må fylles ut og leveres. Du finner 2 registreringskjema også sist i dette info-skrivet.

Løypetrase og etapper:

Løypetraseen er som i fjor rundt Tveitevannet. Stafetten er på 6 etapper med varierende lengde, totalt ca 2110 m. Inndelingen i etapper og startsted som forgående år med følgende etappelengder (ca.): 290m, 580m, 200m, 180m, 590m og 270m. Løypen vil være oppmerket innen kl. 17.00.

Etappebeskrivelse:

1. etappe: 290m, begynner flatt, så svak stigning, en skarp sving (obs), bratt nedover og flatt inn til 1. veksling.
2. etappe: 580m, hovedsakelig flat etappe, 2. veksling like før bro (obs glatt ved regn).
3. etappe: 200m, flat etappe, over bro og videre rett frem til 3. veksling.
4. etappe: 180m, flat etappe, rett frem til 4. veksling.
5. etappe: 590m, først flatt, så ned og opp ved undergang, flatt videre før etappen avsluttes med en markert stigning inn til 5. veksling.
6. etappe: 270m, i hovedsak som 1. etappe, målgang samme sted som 1. veksling.

Klasser stafett:

| | |
|---------------------------------|--|
| Jenter 11 – 16 år | sum alder maks 82 år |
| Gutter 11 – 16 år | sum alder maks 82 år |
| MIX gutter og jenter 13 – 19 år | sum alder maks 100 år, og min. 2 av hvert kjønn pr. lag. |

Det gjøres oppmerksom på at utøvere som deltar på gutte- eller jentelag også har anledning til å delta på MIX-lag.

Rekruttklasse:

Gutter og jenter 10 år og yngre er en fri mix-stafett og består av 4 etapper, hver med av lengde ca. 150 m. Løypen går fra 2. veksling i den ordinære løypen tilbake til 1. veksling/mål. 3 merkede vekslingsfelt.

Tidsskjema, Stafett:

| | |
|----------|------------------|
| Rekrutt: | Start: kl. 18.15 |
| Gutter: | Start: kl. 18.40 |
| Jenter: | Start: kl. 19.00 |
| Mix: | Start: kl. 19.20 |

Startkontingent:

| | |
|-----------------------------|----------------------|
| Lag, ordinær stafett: | 350 kr pr. lag |
| Rekruttstafett: | 175 kr pr. lag |
| Betales til kontonr: | 5201 22 93925 |

Påmelding senest søndag 21. april kl. 20.00 til:

Espen A. Aam, Ortuflaten 76, 5143 Fyllingsdalen

Tlf.: 46613086 / 93615556

E-post: aamespen@gmail.com

Mulighet for etteranmelding på løpsdagen ved ledige plasser i startfelt.

Registreringskjema for stafettlag, rekrutt

Tveitevannet Rundt - 2013

Start nr:..... Lag:.....

F.år

1. Etappe:

2. Etappe:

3. Etappe:

4. Etappe:

Registreringskjema for stafettlag

Tveitevannet Rundt - 2013

Start nr:..... Lag:.....

F.år

1. Etappe:

2. Etappe:

3. Etappe:

4. Etappe:

5. Etappe:

6. Etappe: