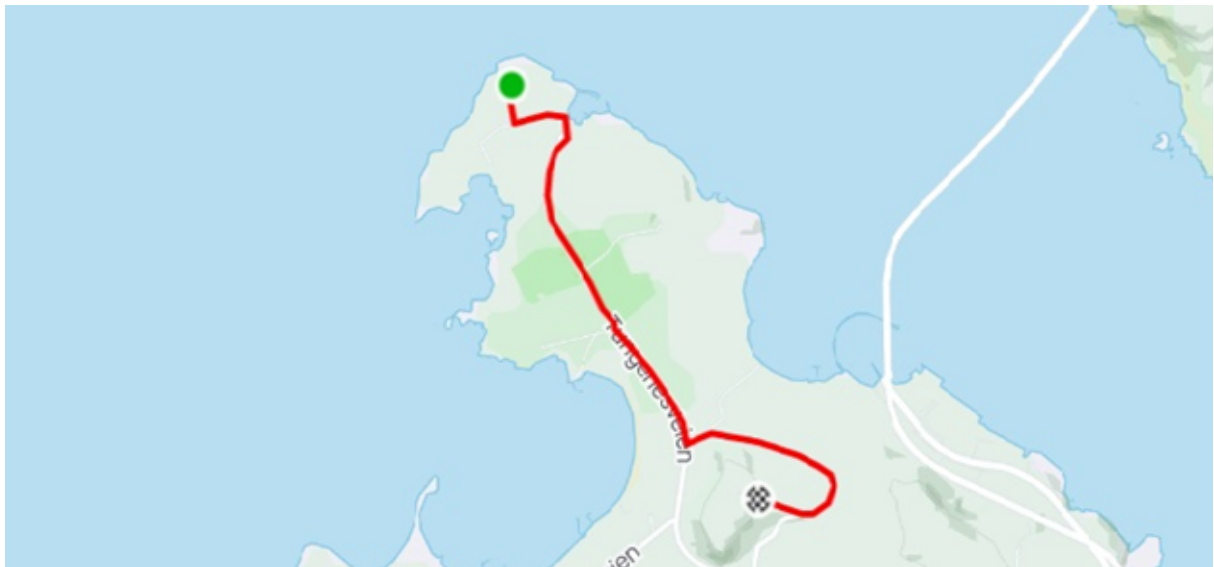


Randabergfjellet Opp – et løp for folk flest

Søndag 20. Juni Kl. 12:00

Strekningen til Randabergfjellet opp fra Tungenes fyr er en løype for folk flest. Det er en tøff løype, som de fleste likevel kan klare å gjennomføre. Starten går mellom kafeen og fyrvokterboligen på Jærens nordspiss. Tungenes fyr er uansett vær og vind verdt et besøk. Det er sjeldent vindstille og i kombinasjon med sjø og berg er det en perfekt plass for å starte et løp.



Løype - Randabergfjellet Opp

Fra starten av er det 400 meter grussti før løypa går videre på asfalt og sykkelsti. Herfra er det en liten helling oppover til du passerer Randaberg Golfklubb. Fra golfklubben går det en flott sykkelsti helt til det nærmer seg 3km og siste innsjutt opp til toppen av Randabergfjellet. Dette er løypens raskeste strekning, og dersom det blåser fra nord/nordvest får man god medvind på dette strekket.

Når du nærmer deg fjellet, og har Sandestranden på høyre hånd, tar løypa av til venstre. Herfra er det motbakke hele veien til mål. Løypa går rundt Randaberggeilen til du er framme ved det siste strekket opp til Randabergfjellet. Først går det litt slakt oppover, før de siste meget bratte og krevende 100-200 meterne. Dette er et eget Strava-segment hvor løpere som har noe krutt igjen i beina garantert kan sette rekorder.

Når du passerer porten til Randabergfjellet er målstreken nådd, rett ved Friluftslivets hus. Da har du løpt 3,4 km og kommet til ett av Randabergs høyeste punkt.

Det er flere gode muligheter for publikum å heie langs løypen, eller man kan oppleve det hele på fjellet. Herfra er det god utsikt mot sykkelstien, der deltakerne kommer løpende. Dette kan rett og slett bli en helt magisk opplevelse for store og små. Og selvsagt venter det en medalje til alle som fullfører ved målgang!



Start - Tungenesfyr

Mål – Randabergfjellet v/ Friluftslivets hus

Utlevering av startnummer:

Det blir utlevering av startnummer fredag 18/6 og lørdag 19/6 hos Sport1 i Randaberg. Vi kommer tilbake med nærmere tidspunkt når det nærmer seg.

Det vil også bli mulighet å hente startnummer på løpsdagen

Deltakeravgift

Nok 200,- (Påmelding åpner mandag 3. mai)

Det tilkommer administrasjonsgebyr på 20 kr per deltaker.

Det er maksimalt 200 startplasser på løpet.

Parkering:

Det er blir ikke anledning til å parkere oppe på selve fjellet, men det er parkering rett etter avkjørsel til fjellet som kan benyttes. Det er også en god parkeringsplass ved Sandestranden. I tillegg er det gode parkeringsmuligheter ute ved Tungenesbukta som er i nærheten av startområdet.

Toaletter:

Det blir satt opp toaletter ved målområdet.

Tidtaking:

Det vil være elektronisk tidtaking med nettotid.

Premier:

Medalje til alle som gjennomfører

Det blir premier til de 3 raskeste i kvinneklassen og de 3 raskeste i herreklassen.

Det blir også loddet ut premier på startnummer slik at alle har mulighet til å få med seg en gevinst, uansett nivå. Premieutdeling foregår i målområdet fra kl. 13:00

Løpsregler:

Deltagere skal være fylt 10 år på løpsdagen for å delta. Forsøpling er strengt forbudt. Det er mulig å kvitte seg med søppel ved start og i mål. Påbud og henvisninger fra løpets ledelse skal følges.

Refusjon ved avlysning:

Det gis ingen refusjon ved avlysning på selve konkurransedagen på grunn av værforhold eller sikkerhet, ved avlysning før løpsdagen gis det 50% refusjon av startkontingent.

Arrangør:



Grødem Runners i samarbeid med **PS Selskapsutleie AS**

Org Nr: 925 967 351

post@grodemrunners.no

Randabergfjellet Rundt – barneløp

Søndag 20. Juni Kl. 13:30



Løype - Randabergfjellet Rundt

Etter premieutdeling oppe på fjellet starter barneløpet Randabergfjellet Rundt. Her blir det fellesstart fra nordenden av parkeringsplassen på fjellet. Løypa følger turstien rundt fjellet med målgang i sørenden av parkeringsplassen. Dette er en fin løype i flotte omgivelser, distansen er på ca 650 meter. Blir det litt langt er det fullt lov å ta seg en liten pause underveis. Ved målgang venter det medalje samt heder og ære. Barneløpet er uten tidtaking. Startnummer deles ut før start.



Løypeprofil - Randabergfjellet Rundt

Utlevering av startnummer:

Det blir utlevering av startnummer ved startområdet fra kl. 13:00 til 13:25.

Deltakeravgift

Nok 0,-

Premier:

Medalje til alle som gjennomfører.

Arrangør:

Grødem Runners i samarbeid med **PS Selskapsutleie AS**
Org Nr: 925 967 351

post@grodemrunners.no