

*Vertskap:*  
BENT, DAG, FRED ARTHUR, HENNING OG KALLE

# Skiftesonen Live

22. APRIL - LITTERATURHUSET, OSLO - 12:00 - 17:00

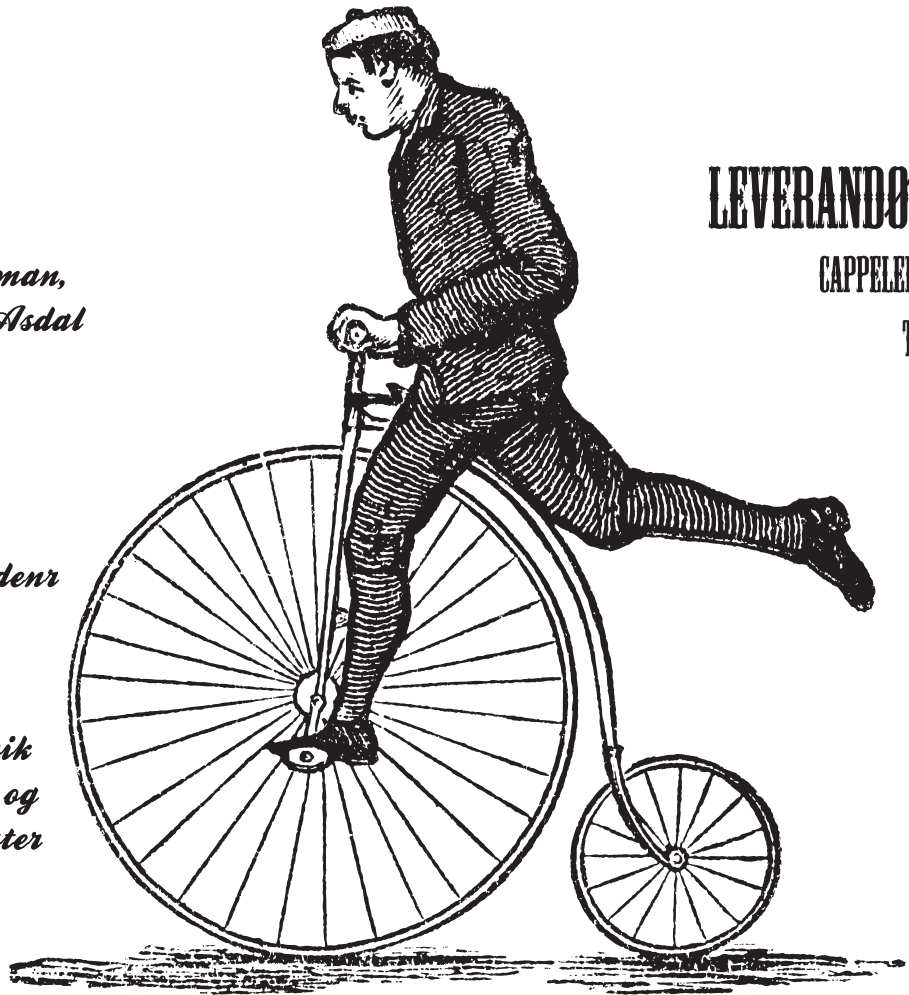
## ÅNDELIG PÅFYLL:

KL 12:00: *Fra sofagris til Ironman,*  
foredrag ved Fred Arthur Asdal

KL 13:00: *Best i løping,*  
foredrag ved Arild Tveiten

KL 14:30: *Veien til toppen,*  
foredrag ved triatlon-legenden  
Bjorn Andersson

KL 15:30: *Galskapens glede*  
Sportslig bokbad med Henrik  
Langeland, Marit Karlsen og  
Arild Tveiten. Bokbademester  
er Fred Arthur Asdal.  
Innledende kaseri med  
Andreas Flompland



## LEVERANDØRER:

CAPPELEN DAMM

TOPPTID

UNAAS

GIANT

ZOOT

ZXU

## BRUKTTORGET

- Ta med og selg vatdrakter, styrer, pulsklokker og annet du ikke lenger trenger

ZXU

GIANT

CAPPELEN DAMM

UN  
unoas cycling

ZOOT