



inviterer til

Råtassen og Liersprinten

med innlagt **KM** Ultralang og finale i Myntcupen

lørdag 30. september 2006

- Sted:** Heia skole, Lierskogen. Merket fra E-18 ved Liertoppen kjøpesenter.
Fra parkering til samlingsplass: 30-100 meter
- Start:** Fellesstarter for **Råtassen- og Myntcup-klasser** fra klokka 11:00. Ca 15 min å gå til start.
Liersprinten klasser starter fra 11:15. Ca 15 min å gå til start.
- Kart:** Reistadåsen, revidert 2006, målestokk 1:10 000, 5 m. ekv.
- Terreng:** Veksling mellom åpen og tettere granskog. Innslag av hogst. En del kupering.
Noe furuskog i de lengste løypene.
- Løyper:**
- | Råtassen klasser: | | |
|---|--------|--------|
| H 19- (KM-klasse) | 18 km | A-nivå |
| D 17- (KM-klasse), D 35-, H40-, H 17-18 | 12 km | A-nivå |
| D/H 15-16 (Myntcup) | 7 km | B-nivå |
| Liersprinten klasser: | | |
| N-Åpen, D/H 11-12N, D/H 13- N | 2 km | N-nivå |
| D/H 11-12, D/H 13- C, D/H -10 | 2,5 km | C-nivå |
| D/H 13-14 (Myntcup) | 5 km | B-nivå |
| D 60-, D 70-, H 70-, H 80- | 3,5 km | A-nivå |
| D 17-, D 50-, H 50-, H 60- | 4 km | A-nivå |
| H 17- | 5 km | A-nivå |
- Det tas forbehold om endring i løypelengder og sammenslåing av klasser med få påmeldte. Endringer kommer på www.lierbygda.no.
- Kvitteringssystem:** EKT. Brikkenummer oppgis ved påmelding. Brikke kan leies for 30 kr.
- Påmelding:** Fortrinnsvis online (link fra www.lierbygda.no) eller e-post: epost@lierbygda.no
Påmeldingen må være sendt senest mandag 25. sept 2006. Husk brikkenr.
- Startkontingent:** N Åpen: 25 kr, til og med 16 år: 60 kr, fra og med 17 år: 100 kr.
KM Ultralang: 150 kr. Faktura sendes i etterkant.
- Etteranmelding:** Mot 50 kr. i tillegg inntil klokka 10.00 på løpsdagen.
- Premiering:** Etter NOFs norm. KM-medaljer i KM Ultralang.
- Vask:** Dusj på Heia skole.
- Småtroll/Barnepark:** På samlingsplass.
- Løpsleder:** Arne Ask, tlf 32 85 24 25.
- Løypelegger:** Sindre Jansson Haverstad
- Kontrollør:** Torgeir Strandhagen, Røyken o-lag
- Startlister m.m.:** Startlister, resultatlister og strekktider vil bli tilgjengelig på www.lierbygda.no

Velkommen