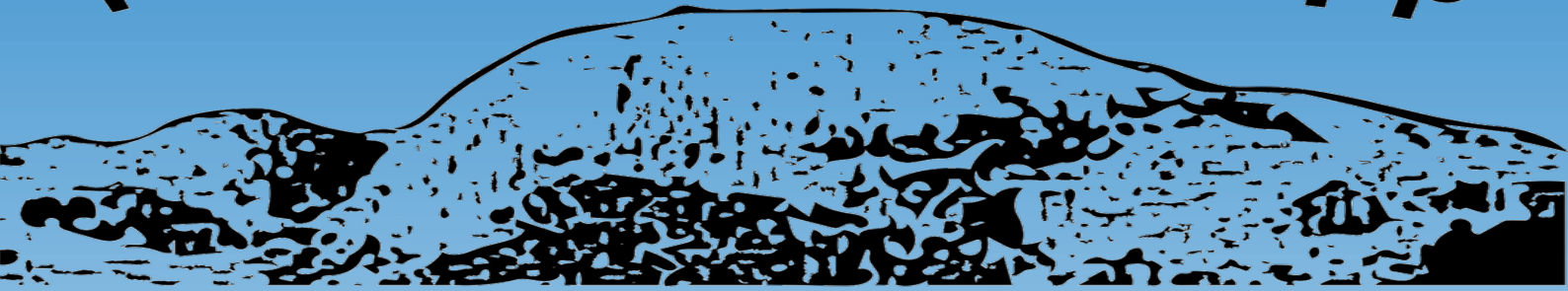


Forbordsfjellet Opp



Motbakkeløp tirsdag 28.05.2024

Start: Ved Skatval Kirke, 100 moh.

Mål: Toppen av Forbordsfjellet, 590 moh.

Løype: 4,8 km, grusvei.

Rekorder: Petter Eliassen, 22:15 (2010) /

Marthe Kristoffersen, 24:16 (2014)

Trim (ingen tidtaking):

- Valgfri start kl. 1730 – 1800
- Fellesstart kl. 1800 (for de som ønsker det)

Konkurrans:

- Fellesstart kl. 1900 (all klasser)

500 trimpoeng for alle som melder seg på og fullfører løpet (registreres manuelt i etterkant)

Påmelding



Online på EQ Timing:

- https://signup.eqtiming.com/?Event=IL_Fram_Friidrett&lang=norwegian
- Påmeldingsfrist 27. mai, kl. 1800.
- Startnummer må hentes før kl. 1830 løpsdagen.

Etteranmelding på løpsdagen fram til kl. 1800:

- Pristillegg kr 130,- (konkurrans) / 80,- (trim 13+)

Det benyttes brikkesystem (EQ Timing) for tidtaking i konkurranseklassene. Brikker vil deles ut ved henting av startnummer for de som ikke har personlig brikke

NB! Hvis du har egen brikke: Legg inn brikkenummer i feltet «emiTagID» under fanen «ID» på profilen din i EQTiming.

- Parkering ved Skatval kirke.
- Kiosksalg i kirkestua.
- Betaling med Vipps (ikke mulighet for bet. med kort).

Påmeldingsavgift

- Konkurrans (13+): Kr 250,-
- Trim: Kr 100,- (13+) / Gratis (under 13 år).

Obligatorisk engangslisens til Norges Friidrettsforbund på kr 30,- kommer i tillegg for alle som er 13 år og eldre. Har du betalt helårslisens for 2024 gjelder denne. Lisensinnbetaling håndteres automatisk ved påmelding.

Premier

- Vandrepokal til beste kvinne og mann.
- Premie til de tre beste i konkurranseklassene.
- Uttrekkspremier blant alle deltagere.
- Alle lag som deltar med minst 5 deltagere får premie.

Annet

- Premieutdeling ca. kl. 2030 i kirkestua.
- Toalett i/ved kirkestua (ikke dusj/ garderobe).
- Skifteklær kjøres til toppen kl. 1750 (trim) og 1845 (konkurrans).

T-skjorter kan kjøpes i startområdet: kr 80,- / kr 120,-

Arrangør: Trimgruppa IL Fram / Skatval Skilag og IL Fram Friidrett

Kontaktperson: Hilde Landfald (e-post: hilde.landfald@hotmail.com , tlf.: 41 25 39 31

