

BRAKEBEINERLØPET HØST 2010

SAMLINGSPLASS: Tertnes videregående skole, avkjøring fra E-39 sørfra etter Glasskartunnelen, nordfra ved Åsane senter. Parkering ved skolen.

FREMMØTE: Lørdag 11. September fra kl 1400.
Første start kl 1500.
Elektronisk tidtaking, start når du vil mellom 1500 og 1530.
Startintervall minimum 1 min i hver løype.

GARDEROBE: Ute men under tak. Våtklut.

KART: TIF Vikings "Åstveitskogen", 1:7500, ekv. 5 m.

LØYPELEGGER: Gunnar Knudsen, TIF Viking.

LØPSLEDER: Jakob Nygaard, TIF Viking.

Alle kan løpe så langt de ønsker ved å delta i en "yngre" årsklasse, eller de kan løpe kortere løype ved å starte i "Herrer Trim" eller "Damer Trim".

LØYPER/KLASSER:

1. Lang (3 km) H40, H45, H50 og H55.
2. Mellom (2,5 km) H60, H65, HT3km, **D40 D45, D50 og D55.**
3. Kort (2 km) H70, H75, H80, HT2km, **D60, D65, D70, D75,DT**

POSTENE inndras kl 1700. Da bør alle være kommet i mål.

STARTKONTINGENT Kr.100,- som også inkluderer sosialt samvær etter løpet.

PREMIERING: Samleobjektet "**Braketten 2010**" til de beste.

Sosialt samvær med kaffe og kaker på skolen etter løpet, med resultatservice, utdeling av "**Braketten 2010**" og tildeling av "**Brakebeinerstokken**" til verdige kandidater.

PÅMELDING senest 9. september til
Gunnar Knudsen, 55123959, mob. 992 84 103
gunnar.knudsen@gard.no

ETTERPÅMELDING mottas på samlingsplass frem til kl 1430, eller så langt kartbeholdningen rekker.
Husk å oppgi brikkenummer!

BRIKKE kan lånes.

BRAKEBEINERKOMITEEN ØNSKER VEL MØTT!

NB! De av dere som ønsker invitasjon via e-mail i fremtiden (og som ikke allerede har bestilt det), vennligst send din e-mail adresse til be-heg@online.no

BRAKEBEINERNE er en løs og uformell sammenslutning av O-løpere av begge kjønn over 40 år med formål å lage o-løp spesielt for veteraner. Våre årvisse løpsarrangementer er

1. **BRAKEBEINERLØPET - VÅR**, som vanligvis arrangeres den 2. mandagen i juni måned. Her er premieren samleobjektet **BRAKEBEINERKRUSET**, som tildeles
 - For DELTAKELSE: Hver gang du starter, får du **ett** krus-poeng. Fra og med 75-årsklassen teller hver start **ett og et halvt** krus-poeng. Når du har samlet deg **tre** krus-poeng, får du kruset.
 - For PRESTASJON: Til de beste i hver klasse. Ett krus pr. påbegynte 3 deltakere. Tildelt prestasjonskrus nullstiller opptjente kruspoeng tildelt for deltakelse.
2. **BRAKEBEINERLØPET - HØST**, som i år arrangeres lørdag 11. september. Under det sosiale samværet etter løpet premieres de beste med samleobjektet **BRACKETTEN** (av ekte **brake**). **BRAKEBEINER-STOKKEN** vil bli utdelt til eventuelle verdige kandidater, som må være over 50 år og forhåndspåmeldt.

BRAKEBEINERKOMITÉEN står for den praktiske gjennomføringen av arrangementene. Vi sender skriftlig innbydelse til alle som ønsker å få denne. Ønsker **DU** å få innbydelsen direkte i din postkasse eller på e-mail? Kontakt vår kartotekfører.

Medlemskapet er GRATIS og uforpliktende.

I BRAKEBEINERKOMITÉEN :

Svein Haukaas	Einar Sjødin
Gunnar Knudsen	Berit Hegdal (kartotekfører)
Astrid Ormberg	Jakob Nygaard
Arne Bendixen	