

BRAKEBEINERLØPET VÅR – Mandag 17. juni 2019

SAMLINGSPLASS: Halhjem barneskole. Merket fra rundkjøring på E39 ved Halhjem ferjekai.

PARKERING: Ved Søre Neset Idrettspark.
Det er få parkeringsplasser så det oppfordres til samkjøring. [Buss nr.600](#) stopper ved arena (stoppested Halhjemsmarka).

FREMMØTE: Fra kl 16.30. Første start kl 17.30.
Elektronisk tidtaking, start når du vil mellom 17.30 og 18.30.
Startintervall minimum 1 min i hver løype.
900m til start (12 min), 500m fra mål til arena.

GARDEROBE: Utendørs. Våtklut.

KART: Halhjem, utgitt 2001. Delvis oppdatert 2019.
Målestokk 1:7500, 5 m ekv.

LØYPELEGGERE: Tommy Sævareid, Os Orienteringsklubb.

LØPSLEDER: Berit Hegdal, Brakebeinerkomiteen.

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:

Lang (ca 2,9km)	H40, H45, H50, H55, D40L
Mellom (ca 2,1km)	H60, H65, H70, HTm, D40, D45, D50, D55, D60
Kort (ca 1,6km)	H75, H80, H85, H90, HTk, D65, D70, D75, D80, D85, DT

POSTENE inndras kl 20.00. Da bør alle være kommet i mål.

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

PREMIERING: Nytt opplegg fra 2019; Brakebeinerkruset, deles ut for flittig deltagelse, ellers heder og ære.

PÅMELDING: Gunnar Knudsen, mob.94192649 eller e-mail til gunnarogedelmay@gmail.com

ETTERPÅMELDING mottas på samlingsplass frem til kl 17.30, eller så langt kartbeholdningen rekker.
Husk å oppgi brikkenummer!

BRIKKE kan lånes.

BRAKEBEINERKOMITEEN ØNSKER VEL MØTT!

BRAKEBEINERNE er en løs og uformell sammenslutning av 0-løpere av begge kjønn over 40 år. Komiteens formål er å lage 0-løp spesielt for denne gruppen veteraner. Våre årvisse løpsarrangementer er

BRAKEBEINERLØPET - VÅR, som vanligvis arrangeres en mandag i første halvdel av juni. Her er premieringen samleobjektet **BRAKEBEINERKRUSET**, som tildeles

For DELTAKELSE: Hver gang du starter i vårløpet, får du **ett** krus-poeng. **Fra og med 2019 gjelder dette for alle klasser.** Når du har samlet deg **tre** krus-poeng, får du kruset.

Fra og med 2019 vil det ikke lenger bli delt ut premier til de beste i klassene. Men resultatene vil bli lest opp for plenum. Kun heder og ære med andre ord.

BRAKEBEINERLØPET - HØST, som arrangeres en lørdag eller søndag i 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.

NB! *Komiteén har hjemmeside; se **Brakebeinerne.priv.no***

I BRAKEBEINERKOMITÉEN :

Gunnar Knudsen	Berit Hegdal (kartotekfører)
Astrid Ormberg	Hege Fjellbirkeland
Arne Bendixen	Einar Nordås

To av komiteéns medlemmer, Svein Haukaas og Jakob Nygaard, har nå trukket seg tilbake etter lang og tro tjeneste. Vi trenger to nye medlemmer i Brakebeinerkomiteén. Ta kontakt dersom du er interessert i å være med. Vi oppfordrer spesielt medlemmer fra Gneist og Årstad til å melde seg.