

## BRAKEBEINERLØPET HØSTEN 2017

**TID:** Søndag 10. september, første start kl. 13.00.  
**SAMLING:** Alvøen idrettspark. Rv 555 til Sotra, merket fra avkjøring til Alvøen. Parkeringsplass sør for inngangen til parken.

Elektronisk tidtaking, start når du vil mellom 13.00 og 14.00.  
Startintervall minimum 1 min i hver løype.

**GARDEROBE:** Våtklut ute, omkring Parkhuset.

**KART:** Utsnitt av Årstad IL's "Alvøen", målestokk 1:5000, 5 m ekv.  
Utgitt 2010, løpstraséer revidert 2017

**LØYPELEGGER:** Jan Haugland, Årstad IL

**LØPSLEDER:** Svein Haukaas, Brakebeinerkomitéen

### LØYPER/KLASSER:

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

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".

**POSTENE** inndras kl. 15.30. Da bør alle være kommet i mål.

**STARTKONTINGENT** kr.100,- som også inkluderer sosialt samvær.

**PREMIERING:** Braketter, 1/3 premieres.

Sosialt samvær med premieutdeling i Parkhuset etter løpet.  
Kaffe og kaker. Inngang fra vestsiden.  
Det vil også bli utdeling av brakestokker til verdige kandidater.

**PÅMELDING** senest fredag 8. september til  
Gunnar Knudsen, mobil **941 92 649**  
[gunnarogedelmay@gmail.com](mailto:gunnarogedelmay@gmail.com)  
Husk å oppgi brikkenummer!

**ETTERPÅMELDING** mottas på samlingsplass frem til kl 12.30,  
eller så langt kartbeholdningen rekker.

**BRIKKE** kan lånes.

**BRAKEBEINERKOMITÉEN ØNSKER VEL MØTT!**

## OM BRAKEBEINERNE

**BRAKEBEINERNE** er en 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 en mandag omkring månedsskiftet mai/juni. 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. påbegynt 3 deltakere. Tildelt prestasjonskrus null-stiller opptjente kruspoeng tildelt for deltakelse.
2. **BRAKEBEINERLØPET – HØST**, som arrangeres en lørdag eller søndag i september. Under det sosiale samværet etter løpet premieres de beste med samleobjektet **BRAKETTEN** (av ekte brake). **BRAKEBEINERSTOKKEN** vil bli utdelt til eventuelle verdige kandidater, som må være over 50 år og forhåndspåmeldt.

**Brakebeinerne har selvfølgelig en hjemmeside: [Brakebeinerne.priv.no](http://Brakebeinerne.priv.no)**

Her kommer resultatene opp straks et arrangement er gjennomført. Dessuten tas det stadig inn nye bilder, og Berit Hegdal ([be-heg@online.no](mailto:be-heg@online.no)) tar gjerne imot flere.

Også Brakebeinerne historie er nå på plass. Kom gjerne med innspill dersom du mener noe viktig ikke er kommet med!

**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.

### **Økonomi – regnskap**

Brakebeinerkomitéen har gjennom alle år utarbeidet regnskap som blir behandlet på det interne årsmøtet vi har i januar.

Etter at arrangementene våre gjennom mange år er blitt sponset av et herværende bakerfirma, har de gått med overskudd, og i mer enn 15 år har Brakebeinerne tildelt o-kretsen kr 5.000 med formål ”Treningssamlinger for yngre løpere”.

### **I Brakebeinerkomitéen:**

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