

Velkommen til Intersport rundbanecup #5

Terminfestet terrengritt

Åpent Klubbmesterskap MOC 2015

Turklasse(sport) og aktivklasser

Lørdag 19 September kl 15:00 går første start på årets siste terrengritt i Mosjøen. Mosjøen og omegn cykleklubb inviterer alle til en sosial og aktiv avslutning av årets sesong.

Det blir premieutdeling og kiosksalg.

Det blir klasser fra 3år og oppover. Løypebeskrivelser:

Rosa:

Lett runde på ca 700m for de minste. Gress, asfalt og grus, 20m sti.

Grønn:

2km: gress, asfalt, grus, 500m enkel sti. Flat løype som passer barn som har syklet noe og voksne nybegynnere(sport nybegynner).

Ingen valg av A-B-C spor

Blå:

3km: gress, asfalt, grus, 1,5km sti. Noe teknisk sti med røtter og bakker opp og ned. Variert løype med mulighet for valg av enklere spor som tar lengre tid. Ca 50høydemeter pr runde.

3 ganger valg av A-B-C spor

Rød:

4km: gress, asfalt, grus, 2,5 km sti. Mye samme som blå, men flere bakker og større utfordringer. Ca 100 høydemeter pr runde. Muligheter for valgt av enklere spor.

6 ganger valg av A-B-C spor

Se kart for detaljert oversikt over løypene.

Ved muligheter for valg av spor vil disse merkes med A-B-C spor

A: størst vanskelighetsgrad og raskest

B: mindre/ minst vanskelighetsgrad og tar lengre tid

C: minst vanskelighetsgrad og tar lengst tid

Påmelding:

Forhåndspåmelding til Knut Daleng tlf: 93674118.

SMS med navn, klasse, klubb. Innen fredag 18.09.15 kl 21:00

Etterpåmelding ved start frem til 14:30. Sekreteriat åpner kl 13:00.

Gratis for alle!

Startoppsett

15:00

M/K 3-5 år, rekrutt

1 runde rosa

Uten tid

15:05

M/K 10

2 runder grønn

K 11-12

2 runder grønn

Sport nybegynner fra 11år

2 runder grønn

15:07

M/K 6-9

1 runde grønn

15:30

M 11-12 år, K 13-14

K sport

2 runder blå

M 13-14, K 15-16,

K junior

3 runder blå

M sport

3 runder blå

15:32

M 15-16, M junior

3 runder rød

K senior

3 runder rød

M senior

4 runder rød

Ca 16:30

Premieutdeling

Premie for deltakelse i minst 3 Intersport cupritt!

Premiering åpent klubbmesterskap