



Terrengløpet Mærraskallen 2019 Tar du utfordringen?

Mærraskallen 2019 avholdes tirsdag 10 september
med start fra Fossum klubbhus.

Mærraskallen 15 km

Nytt for 2019 – tilbake til opprinnelig trase via Mærraskall toppen
(ca. 700m ekstra). Spurtpremie Mærraskall toppen Kr 3000,-*

Løypa er krevende (ca. 15,9 km) hvor første to tredeler har mye
stigning og løping på sti og myr. Den siste tredelen unnagjøres
nedover og på grusvei.

Klasseinndeling for begge kjønn:

- 13-14 år (07-06)
- 15-16 år (05-04)
- Junior
- 20-34 år
- 35-39 år
- Osv 5 års intervall tom 65-69 år.
- 70 år og eldre
- Trimklasse

Vi anbefaler at de yngste løper sammen med en voksen.

Premiering til de tre beste i hver klasse.

Spurtpremie Mærraskall toppen.

Merkedeling etter løpet: Sølvmerket: 5 fullførte løp. Gullmerket: 10 fullførte løp. Statuett: 25 fullførte løp.

Mærraskallen 5 km.

Mærraskallen 5 km åpen for alle. Løypa går en runde i lysløypa på Fossum. Det trimklasse med startnummer, men uten tidtaking for yngre barn, barn som ikke ønsker tidtaking og foreldre som vil være med. Premiering til alle barn opp til 12 år. Ellers til de tre beste i de andre årsklassene. Klasseinndeling for begge kjønn: M/K trim, 8-12 år, 13-14 år, 15-16 år, junior og senior (20år +).

Start

Mærraskallen 15 km – kl. 17:45

Trimklasse Mærraskallen 15 km kl. 17:30 (eller når utøver du skal følge starter)

Mærraskallen 5 km – kl. 18:00

Trimklasse Mærraskallen 5 km kl. 17:35 (eller når utøver du skal følge starter)

Startkontingent

Mærraskallen 15 km: 300,-

Mærraskallen 5 km: 200,-

Påmelding innen 8 september klokka 23:00 via Fossum If hjemmeside. www.fossumif.no

Dobbel startkontingent ved etteranmelding. Ingen etteranmelding på løpsdagen 10 september.

Startnummer hentes på Fossum IF klubbhus fra kl. 15:30 løpsdagen.

Velkommen!
Fossum IF Langrenn og Skiskyting



* Utøver må selv bære eventuelle skattekrav som måtte følge av pengepremie. Utøver er selv også ansvarlig for evt. innrapportering av pengepremie til ansvarlig myndighet.