

# Ganddal IL

## Innbyr til bedrifts-o-løp Onsdag 13. august 2025

|                     |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                     |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Løpssted:           | Skadberg, Sola                                                                                                                                                                                                                                                      |  |
| Løpstype:           | Rankingløp (R12).                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                     |
| Kart:               | Kjerrberget-Bærheim (Nytt 2024)<br>Kartnorm: Sprint (ISSOM)<br>Målestokk: 1:4000<br>Ekvidistanse: 2 meter<br>Terreng: Todelt: Løypene B-G vil ha en blanding av boligområde og terreng, løypene H til K vil stort sett gå i boligområde med hovedparten fast dekke. |                                                                                     |
| Start:              | Fleksistart fra kl. 17:00 til 19:00. Start og mål ved samlingsplass.                                                                                                                                                                                                |                                                                                     |
| Brytetid:           | Kl. 20:00                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                     |
| Klasse/løype:       | Iht. standard løypeklasser. Kortløp.                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                     |
| Fremmøte:           | Kjerrberget ungdomsskole, Sola.                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                     |
| Parkering:          | Hovedsakelig ved idrettsanleggene ved Sola VGS, Åsenhallen og Sola Arena. Følg parkeringsvaktens anvisning. Barnevogn ok. 10-15 minutter å gå til samlingsplass.                                                                                                    |                                                                                     |
| Startkontingent:    | Alle klasser                      kr 130,-<br>Etteranmelding                  kr 170,-                                                                                                                                                                              |                                                                                     |
| Aktive løpere:      | Aktive som løper for bedriftsidrettslag kan delta på lik linje med bedriftsløpere og få rankingpoeng og sesongpremie. Startkontingent som for bedriftsløpere. Aktive løpere under 30 år kan delta utenfor konkurranse med startkontingent kr 45,-.                  |                                                                                     |
| Påmelding:          | Påmeldingen gjøres i Eventor. Klikk <a href="#">her</a> for påmelding.<br>Påmeldingsfrist:      Onsdag 6. august kl. 23:59                                                                                                                                          |                                                                                     |
| Betaling:           | Kontonr. 3260.29.78787 merk «Bedriftsløp Skadberg» Klubbens navn må vise på innbetalingen. Liste over hva som skal betales fra den enkelte klubb vil bli lagt ut i <a href="#">terminlisten</a> på nettsidene til bedriftsidretten et par dager etter løpet.        |                                                                                     |
| Løpsleder:          | Henning Sundby, <a href="mailto:hensun@lyse.net">hensun@lyse.net</a> , Tlf. 92014318                                                                                                                                                                                |                                                                                     |
| Løypelegger:        | Fredrik Sandal                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                     |
| Førstehjelp:        | Ingrid E.I. Øxnevad Tlf. 93482410                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                     |
| Løpsantrekk:        | Heldekkende unntatt hode, hals og armer                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                     |
| Toalettforhold:     | Ved Kjerrberget ungdomsskole. Ta av fottøy, følg merking.                                                                                                                                                                                                           |                                                                                     |
| Småttroll for barn: | Ja. Startkontingent kr 20,-. Betales kontant el. Med VIPPS                                                                                                                                                                                                          |                                                                                     |
| Salg:               | Brus, kaffe og kaker. Betaling med VIPPS.                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                     |
| Merknader:          | Alle løypene B til G vil ha innslag av terreng, så egnet fottøy må vurderes.<br>Da vi beveger oss i et boligområde, vil kartene ha noen terrengsperringer (som hovedvei, golfbane etc.) Åpenbare brudd på disse sperringene vil kunne ende med disk, les PM nøye.   |                                                                                     |