



Ådal IL ønsker velkommen til Vikersfjell løpet 06.02.2010

Løpet går på Vikersfjell med start og målgang på Tosseviksetra i flott fjelltereng like under tregrensa. Vi har lagt opp ei fin og variert løype som vi tror de fleste turløpere vil like.

TUR: Startkontingent kr. 200.- Etteranmelding kr 250.- Frist. Torsdag 03.02.10
Turklassen har fellesstart. Start kl.1200.

Distansen er 25 km for turløpere. Det er spurtpris for første kvinnelige og mannlige løper. Videre premieres vinner av kvinneklassen og herreklassen. Utover dette har vi uttrekkspremier på startnummer og alle får selvsagt vår deltager pins.

TRIM: Startkontingent kr. 100.- Startkontingent Familie kr. 200.-
Trimklassen har påmelding ved start og kan starte fra kl. 1000

Her har vi tre distanser å velge i:

10.4 km er gul løype på kart, 14,6 km er grønn løype på kart eller du kan velge hele distansen, først gul løype og deretter grønn løype. Etter endt valgfri distanse får alle selvsagt vår deltager pins.

Det er åpen kafeteria på Tosseviksetra men vi har ikke dusjemuligheter på fjellet.

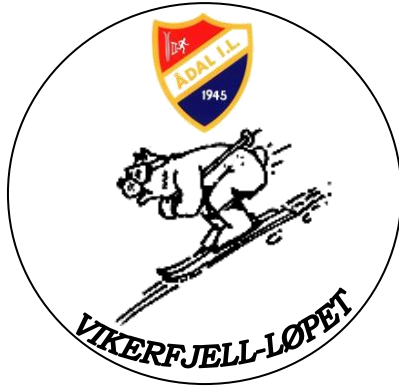
Info Ådal IL Vikersfjell løpet: www.ringerike.com/aadalil/Ski.htm

Info Tosseviksetra : www.tossevika.no/index.html

Info: Ringerudsetra: www.ringerud.no/

Her finner du starten. Tosseviksetra ligger der den blå linja slutter. Fra Hønefoss følger man E 16 mot Fagernes. Ved Ringmoen (30 km nord for Hønefoss) følger man skilting mot Vikersfjell. Etter ca 9 km kommer man til en fjellvei på venstre side som er skiltet til Tosseviksetra.

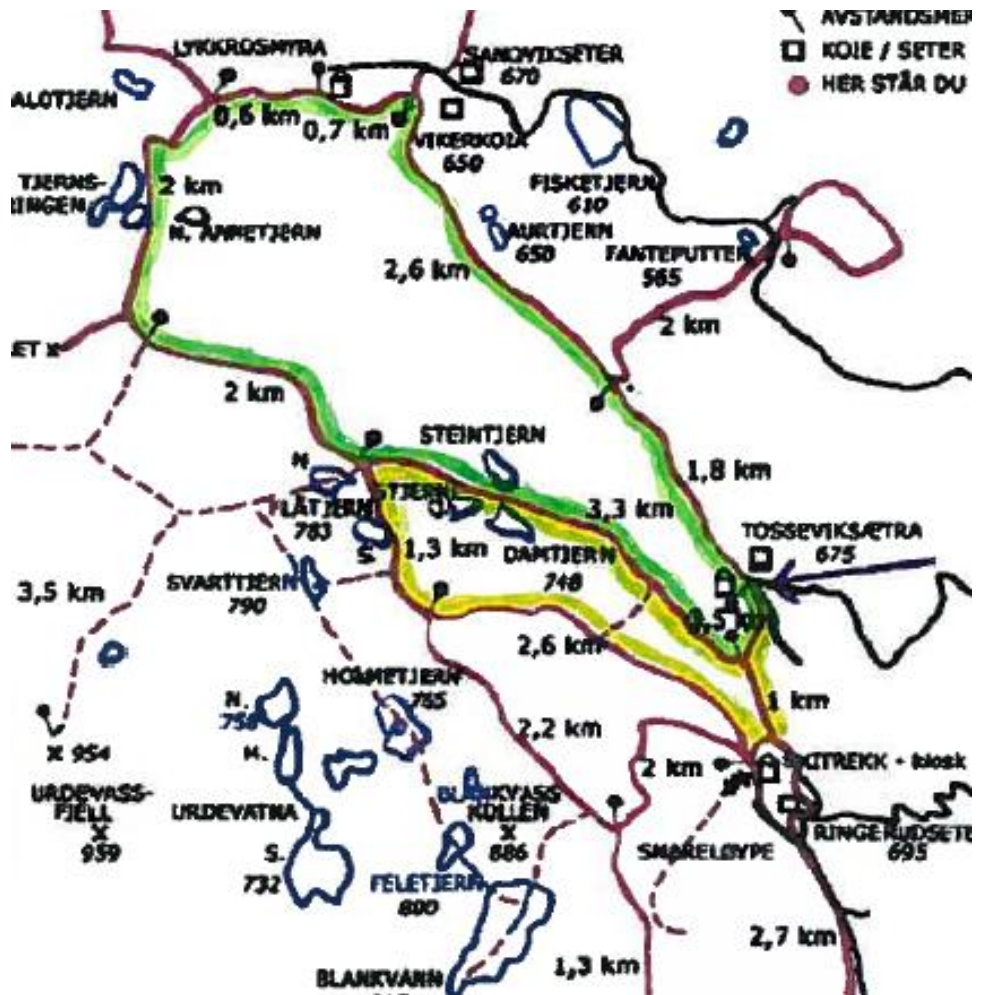




FØRST GUL RUNDE

PASSERING
TOSSEVIKSETRA ETTER
CA 10 KM MED SPURT
300 M FØR
DRIKKESTASJON

DERETTER GRØNN RUNDE
MÅL TOSSEVIKSETRA 25
KM



START
TOSSEVIKSETRA

PASSERING
TOSSEVIKSETRA
SPURT
300 M FØR
DRIKKESTASJON

MÅL
TOSSEVIKSETRA

