



**Bli med i Pinåsløpet 2019 lørdag 15.juni
og støtt Kreftsaken og Aktiv mot kreft.**

Ett av sør-Norges mest spennende terrengløp.

Ta turen i TRIM-klassen eller delta i klasser på tid.

**I Pinåsløpet kan du møte flere kjente profiler som f.eks.
Aleksander Dyrberg Ek, Kari Øyre Slind, Astrid Uhrenholdt
Jacobsen, Thomas Bucher-Johannessen, Hedda Østberg
Amundsen, Marte Mæhlum Johansen og Martine Ek Hagen.**

BLI MED DA VEL!



Svarstad IL, i samarbeid med Lardal o-lag, arrangerer terrengløpet Pinåsløpet, som passer for alle. ☺ Vi støtter Kreftsaken og Aktiv mot kreft, så du får ikke bare mosjon ved å delta, men du støtter to meget gode saker. Du kan delta i TRIM-klasse uten tid eller bli tatt tida på i aldersbestemte klasser. Løypa er ca. 7,5 km og er ei rundløype som går over toppen Pinås, 367 moh, og ned igjen. Starten er på ca. 60 moh. Løypa inneholder 1 væskepost. En flott og kupert trasè i nydelig natur, og med fin utsikt på toppen.

Trasèen består av en kombinasjon av sti, traktor-veg og litt skogsbilveg. Dette er ei turløype (Huldresti), som Lardal o-lag vedlikeholder sammen med Svarstad IL.

Vi har også et eget barneløp for 0-9 år.

Løyperekordene i 7,5km-løypa innehas av
Tomas Bereket med 28.31 og Kristin Størmer Steira med 32.57

Men du kan også delta i TRIM-klassen uten å bli tatt tida på. ☺

KLASSER 7,5 km

Jenter	10-12 år	Gutter	10-12 år
Jenter	13-14 år	Gutter	13-14 år
Jenter	15-16 år	Gutter	15-16 år
Damer	17-20 år	Herrer	17-20 år
Damer	21-34 år	Herrer	21-34 år
Damer	35-39 år	Herrer	35-39 år
osv.			

Deretter 5-års-klasser etter behov.

Trim er for alle aldre.

Barneløp 0-9 år: ca 850m

Trim-klassen og barneløpet er uten tidtaking, og man kan være flere sammen.

PREMIERING

Beste dame- og herre-løper kjemper om henholdsvis "Pinås-kjærringa" og "Pinås-gubben".

Ved passering av løypas høyeste punkt på Pinås, er det satt opp egen topp-pris, **Technet-spurten**, kr. 5.000,- til første dame og til første herre.

I alle klasser for øvrig er det minimum premie til vinneren.

Det vil også bli trukket ut gavepremier på startnr.

I barneløpet blir alle premiært.

FRAMMØTE

Hos Nora-Marie Sogn og Ole Wiik i Dalen på Steinsholt.
(2km nord for krysset fv.40/32)
Merket fra fv.40 med oransje og hvite orienteringsposter.

SALG/KIOSK

På arenaen vil det bl.a. være salg av pølser, kaffe, min.vann, og kaker. Vi vil spesielt nevne våre berømte nystekte Pinås-sveler!
Løperdrikke ute i løypa og ved målpassering, er gratis.

DUSJ/VASK

Som i orienteringsløp er det våtklut-metoden som gjelder.
Et forfriskende bad i Dalelva kan anbefales!

START

Felles start *mini-Pinås*, barneløp 0-9 år kl.11:00

Felles start alle dame-klasser kl.12:00.

Felles start alle herre-klasser kl.12:20.

Deltagere i trimklassen kan starte med en gang de har meldt seg på, men ikke senere enn kl.11:30.

PÅMELDING/AVGIFT

Via løpets nettsider www.pinaaslopet.no
fram til fredag 14/6 kl.16:00.

Påmeldinger mottas også på løpsdagen fra ca. kl.10:00 og så langt fram mot start som praktisk mulig med gebyr kr.50,-

Kr.50,- for barneløp 0-9 år

Kr.100,- for barneløp 0-9 år for familie

Kr. 150,- for 10-16 år og trim

Kr. 250,- for 17 år og eldre

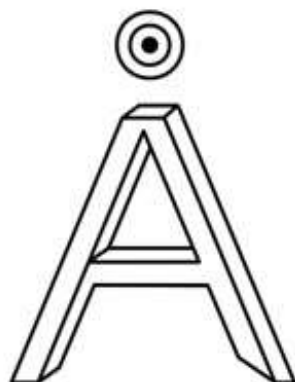
Det er innført lisens i mosjonsløp. Det betyr at hvis man ikke har helårslisens må man betale engangslisens på kr.30,-

INFO/AVLYSNING

Informasjon og eventuell avlysning kunngjøres kun på
www.pinaaslopet.no

Vel møtt!

Våre samarbeidspartnere i 2019:



a-circle.no



technet
consulting



Wethal
TAVLETEKNIKK



dulram
IT-SIKKERHET OG KOMMUNIKASJON



NORDIC GARDEN

Vi skaper vekst!



FRITZØE
SKOGER

Styrvoll VVS
Rørlegger'n
Lars Johan Hellenes
Berganmoen, 3277 STEINSHOLT
Tlf. 33 12 94 03 Mobil 97 12 45 83

telering
BEDRIFT APRO

Byggm. Helge Røskolt



 **IBS SECURITY**
TVVERISIKRING - INVENTARKONTROLL