



*Svarstad IL i samarbeid med Lardal o-lag
inviterer til Pinåsløpet for 13.gang
lørdag 20.juni 2015*

*Møt bl.a. Kristin Størmer Steira, Tiril K. Eckhoff,
Astrid U. Jacobsen, Marthe Kristoffersen,
Kathrine Harsem og Tomas Bereket.*



VI STØTTER
KREFTFORENINGEN



Meld deg på!

Liker du å holde deg i form? Er du glad i naturopplevelser? Vil du treffe verdenskjente idrettsprofiler?

Kan du svare ja på ett av spørsmålene ovenfor er Pinåsløpet noe for deg! Svarstad IL, i samarbeid med Lardal o-lag, arrangerer terrengløp, som passer for alle. ☺ 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.

*Løyperekordene 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

<i>Jenter</i>	<i>10-12 år</i>	<i>Gutter 10-12 år</i>
<i>Jenter</i>	<i>13-14 år</i>	<i>Gutter 13-14 år</i>
<i>Jenter</i>	<i>15-16 år</i>	<i>Gutter 15-16 år</i>
<i>Damer</i>	<i>17-20 år</i>	<i>Herrer 17-20 år</i>
<i>Damer</i>	<i>21-34 år</i>	<i>Herrer 21-34 år</i>
<i>Damer</i>	<i>35-39 år</i>	<i>Herrer 35-39 år</i>
<i>Damer</i>	<i>40-44 år</i>	<i>Herrer 40-44 år osv.</i>

Deretter 5-års-klasser etter behov.

Trim alle aldre

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

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.

PREMIERING

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

Ved passering av løypas høyeste punkt på Pínås,
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.

SALG/KIOSK

På arenaen vil det bl.a. være salg av pølser, kaffe, min.vann, og kaker. Vi vil
spesielt nevne våre berømte nystekte Pínås-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 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 19/6 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. 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 2015:



technet
consulting



a-circle.no



ATEA



Vi skaper vekst!

DnB NOR



Styrvoll VVS

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

Byggm. Helge Røsholt



www.berganmoen.no
BERGANMOEN VERKSTED AS
Lågendalsveien 2637, 3277 Steinsolt
331 29 448



IBS SECURITY
TYVERSIKRING · INVENTARKONTROLL