

Velkommen til

Langesund Open Sprint / Fortet Rundt 2015

Velkommen til årets nyvinning på O-fronten i Bamble

Sted: Steinvika, Langesund

Tid: Lørdag 7. mars kl 13.00

Kart: Langesund(1:5000/utsnitt) og Tangen(1:3000/Fortet)

Løyper: 2,2km + 1,5km. Totalt 3,7km. Sprint.

Dette er en åpen trening/løp i regi OK Skeidi, som også er åpent for løpere fra andre klubber som ønsker en trening i Langesund denne dagen. Opplegget blir følgende:

Kl 13:00: Første start bysprint, Langesund 2,2km, 12 poster. Minutt/fristart . 250m til start fra målområdet. Det blir også fristart på runde 2, når man er klar etter første runde. Sammenlagt tid for begge rundene. 300m til start andre runde og Fortet Rundt. Mål er samme på begge rundene.

Kartet Tangen er rykende ferskt, synfart og reintegnet i februar 2015, og blir laget i spesialmålestokk på 1:3000 for anledningen. Ca 1.5km løype i kultur-historiske omgivelser.

Det er helt bart og isfritt i området, og værutsiktene fremover er veldig gode. Resultater kan bli lagt ut på OK Skeidi hjemmeside etter løpet.

Påmelding kan gjøres i Palisoft eller bare møt opp i Steinvika:
<http://palisoft.no/pmdb/index.php?arrid=2916>

Løyper/løp: Helge Gisholt, tlf 41632193

Merket fra Langesund sentrum. Vel møtt til en tjuvstart på sesong åpning i dagslys, nøyaktig 1 uke før mange drar til Nord Jysk i Danmark.

