



Ås IL innbyr til :

Kvist-Kvaset

lørdag 15. mai 2004

Frammøte: Merka fra Rv 152 1 km øst for jernbanen ved Ås sentrum, 5 min kjøring til parkering, inntil 15 min å gå til samling på vei. Gangavstand 3 km fra Ås stasjon (ta gjerne toget),

Løyper og klasser:

H 17-	3 x 6,0 km	A
H 130-, D 17-	3 x 5,0 km	A
H 170-, D 120-	3 x 4,5 km	A
H 13-16, D 13-16, D 160-	3 x 3,5 km	B

Spredningsmetode på alle etapper.

Småttroll-opplegg fra samlingsplass.

Start: Første fellesstart kl. 14.00, siste fellesstart kl 14.15.

Kart: Eldor nord, 1:10 000, 5 m, synfart og rentegna av Kristen Treekrem 2004.

Terreng: flatt, endel sti, mindre kvist og kvas enn på lenge.

Vask: Våtklut.

Premiering: 1/6 i D/H 17- , 1/3 i D/H 13-16.

Påmelding: På lister påført EKT brikkenummer for de forskjellige etapper (brikkenummeret bør helst ikke endres seinere, sjøl om lagoppstillinga endres):

Ås IL v/ Håvard Steinsholt, Skogfaret 14, 1430 ÅS

E-post: havard.steinsholt@ilp.nlh.no seinest mandag 10. mai.

Startkontingent: Kr 300 pr. lag i D/H 17- , kr 200 pr. lag i D/H 13-16.

Betales konto 1654 20 55972

Ås IL o-gruppe v/ Per Henning Bjerva, Oredalsveien 134, 1613 Fredrikstad.

Etteranmelding: Mot tillegg på hhv kr. 150,- /100,- inntil kl. 13.30 løpsdagen eller pr. tlf. 64 94 13 84 eller e-post tidligere i uka.

Løpsleder: Håvard Steinsholt

Løypelegger: Kristen Treekrem

Kontrollør: Knut Krosby, Kolbotn/Skimt

Opplysninger: Håvard Steinsholt (arb: 64 94 83 98, priv: 64 94 13 84)

Ås ILs hjemmeside: <http://ilm425.nlh.no/~hatro/aas.html>