



Innbydelse Malmvegen Minneløp fredag 26. juli 2019

MALMVEGEN MINNELØP er et mosjonsløp som første gang ble arrangert i 1983. Navnet har løpet fått fordi mesteparten av løypa går langs deler av den 230 år gamle malmvegen mellom Folldal og Alvdal. Løypa er 11,6 km lang og starter i Grimsbu med ny innkomst ved Folldal skole og flerbrukshus. Løpet starter 670 moh og ender 740 moh, med høyeste punkt 840 moh. Det er to drikkestasjoner underveis. I år tilbyr vi også Malmvegen Mini (start v/ Beitrusten, 4,0 km) Se egen info nederst!

- Online påmelding:** Online på www.eqtiming.no innen 26. juli klokka 08.00
- Direkte påmelding:** Også mulig med påmelding ved start i Grimshallen løpsdagen mellom klokka 16.30 - 17.30. For konkurranseklasser er det et tillegg på kr 50,- for direktepåmelding.
- Oppmøte og start:** Oppmøte ved forsamlingshuset GRIMSHALLEN i Grimsbu. Konkurransklassene har fellesstart klokka 18.00. Trimklassa har fri start mellom 17.00 – 18.00.
- Startkontingent:** Alle betaler startkontingent kontant ved påmelding/henting av startnummer. Ingen etterfakturering av startkontingenter. Konkurranseløpere: Online påmelding innen 26. juli kl 08, kr. 300,- Påmelding løpsdagen v/ start kr 350,- Trimmere kr. 150,- Alle Kondis-medlemmer får kr 40,- i rabatt.
- Konkurranseklasser:**
- | Kvinner | Menn | Trimklasse uten tidtaking |
|------------------|------------------|---------------------------|
| K 12-16 | M 12-16 | |
| K 17-29 | M 17-29 | |
| K 30-39 | M 30-39 | |
| K 40-49 | M 40-49 | |
| K 50-59 | M 50-59 | |
| K 60-69 | M 60-69 | |
| K 70 år og eldre | M 70 år og eldre | |
- Premiering:** En tredjedel premieres i konkurranseklassene. Vandrepokal er satt opp til beste kvinnelige og mannlige løper. Pokalen må vinnes 3 ganger før den vinnes til odal og eie. I trimklassen deles det ut premier etter loddtrekning.
- Merkeutdeling:**
- | | |
|----------------------------|--------------------------|
| 1. gang – Bronse og diplom | 15. gang – Bronseplakett |
| 5. gang – Sølv og diplom | 20. gang – Sølvplakett |
| 10. gang – Gull og diplom | 25. gang – Gullplakett |
- Premieutdeling foregår ved innkomsten ca. kl. 19.30.
- Servering:** Drikkestasjoner v/Ligard og Beitrusten. Drikke og frukt ved målgang (Folldal skole- og flerbrukshus)



Malmvegen Mini

- Klasser:** Konkurransklasse for ungdom mellom 12-16 år (4,0 km).
Åpen trimklasse alle aldre (4,0 km)
- Online påmelding:** Online på www.egtiming.no innen 26. juli klokka 08.00
- Direkte påmelding:** Også mulig med påmelding ved start v/Beitrusten (Liavegen) løpsdagen mellom klokka 17.00 og 18.00.
- Oppmøte og start:** Start v/ Beitrusten (Liavegen).
Konkurransklasse mini starter kl 18.40.
Trimklasse mini starter fra kl 18.00-18.30.
- Startkontingent:** Alle betaler startkontingent kontant ved påmelding/henting av startnummer. Ingen etterfakturering av startkontingenter.
Konkurranseløpere: Online påmelding innen 26. juli kl 08, kr. 150,-
Påmelding løpsdagen ved start kr 200,-
Trimmere kr. 150,-
- Premiering:** En tredjedel premieres i konkurransklassene.
I trimklassen deles det ut premier etter loddtrekning.
- Kontaktperson:** Løpsleder: Bjørn Gussgard, tlf. 90590834, bjorn.gussgard@bnet.no
Arrangør: Folldal IF – www.folldal-if.no