

MOSSEKARUSELLEN 2019



Komiteen i Mossekarusellen har gleden av å invitere til løpekarusell for 43. gang!

Premier

Uttrekkspremier på startnummer for Albyløpet, Kambomila og Årefjorden Rundt. Premie til alle barn under 12 år.

Premie til alle på Ekholtløpet. Premie til beste dame- og herreløper på alle 4 løp.

Jubileumpremie for 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35 og 40 fullførte karuseller samt festmiddag som ekstrapremie.

Klasseinndeling

Klasse damer og herrer som løper i tidtagerklasse og lang løype (eks. en deltager født i 1979 starter i klasse 40 - 44 år).

12-15	16 -24	25 - 29	30 - 34	35 - 39
	40 - 44	45 - 49	50 - 54	55 - 59
	60 - 64	65 - 69	70 - 74	75 +

Uten tidtaking (ingen aldersklasse) TRIM

Trimklasse:

Trimklasse for damer og herrer ved alle 4 løp. Ingen aldersklasse – ingen tidtaking. Valgfri løypelengde.

Trimerne får premier som for tidtagerklassen (uttrekkspremie på startnummer).

Datoer, tider, steder og distanser:

LØP	DATO OG TID	STED	DISTANSE
Albyløpet	Fredag 10. mai kl. 18.30	Hovedporten på Alby	3,0 km for alle
Ekholtløpet (fellesstart)	Onsdag 5. juni kl. 18.30	Nye Rygge Ungdomsskole, Bredsand	6,9 km (3,7 km)
Kambomila (fellesstart)	Onsdag 28. aug. kl. 18.30	Noreødegården	10,2 km (5,8 km)
Årefjorden Rundt (fellesstart)	Lørdag 28. sept. kl. 14.00	Nye Rygge Ungdomsskole, Bredsand	13,0 (8,3 km)

Det vil være mulig å forhåndsløpe Årefjorden Rundt: Onsdagen før, kl. 18.00.

Både damer og herrer som løper på tid, løper lang løype. Trimmere kan velge lang eller en kortere distanse.

OBS: Fullført Mossekarusell teller som utholdenhetsøvelse ved idrettsmerkeprøven.

Påmelding og innbetaling:	Startkontingent:
Online på følgende adresse: https://www.deltager.no/mossekarusellen2019 eller link på Mossekarusellens hjemmeside. OBS! 2 valg ved påmelding; enten hele karusellen eller kun Albyløpet. Frist: onsdag 8. mai 2018 - kl. 23.00 Spørsmål vedr. påmelding til E-post: Mossekarusellen@gmail.com	Hele karusellen kr. 300,- Hele karusellen, barn under 16 år kr. 150,- Enkeltløp kr. 150,- / 50,- Etteranmelding hele karusellen kr. 500,-

Det er mulig å etteranmelde før start på Alby! Registrering seinere enn 1 time før første start vil ikke komme med i startlisten løpsdagen, for tidtaking på Albyløpet. Det oppfordres til påmelding online FØR Albyløpet.

Drikke:

Drikke (saft og vann) ved mål. Drikkestasjon under løpet for Kambomila og for Årefjorden Rundt.

Opplysninger om karusellen:

Øivind Lundberg, tlf. 92 02 44 98, Elin Måleng Tingstad, tlf. 92 20 79 49 eller mail Mossekarusellen@gmail.com

Leder
Elin Måleng Tingstad

Kasserer
Anne Signe Been

Sekretær
Dagrun S. Fledsberg

Besøk oss på: www.mossekarusellen.no og på Facebook ([Mossekarusellen](https://www.facebook.com/Mossekarusellen))

Karusellkomiteen ønsker:

- At deltagerne planlegger sesongen tidlig, og det oppfordres til påmelding pr. nett (**til og med 8. mai har du 2 påmeldingsvalg; enten hele karusellen eller bare Albyløpet**). **Påmelding til enkeltløp etter Albyløpet gjøres løpsdagen ved oppmøte på startstedet.**
- 3 fullførte løp = godkjent karusell.
- På løpsdagene skal de som løper i tidtakerklassen starte på klokkeslett som fremgår av startlistene. Trimklassen starter umiddelbart etter siste tidtakerklasse / fellesstart for de som løper på tid (trimklassen er vanskelig å holde igjen, og starter altså umiddelbart etter tidtakerklassen).
- Ved forhåndsløping (Årefjorden rundt) skal alle melde seg på til den som representerer arrangørene, og starte etter registrering.
- Skulle noen fortsatt ha helt spesielle problemer, skal vi nok finne en løsning slik at sesongen blir reddet. Ta kontakt med oss på tlf. (se side 1) eller på mail: Mossekarusellen@gmail.com

FESTMIDDAG FOR JUBILANTENE:

- Hvis du er oppført som jublant sesongen 2019 (se nedenfor), og fullfører karusellen er du hjertelig velkommen til festmiddag lørdag 28. september! Som jublant vil du få denne middagen som en ekstra premie, mens en eventuell ledsager som også er hjertelig velkommen betaler en egenandel. Mossekarusellkomiteen inviteres til samme festmiddag. Hvis du er jublant, og er over 18 år, så hold av lørdagskvelden etter Årefjorden rundt!

Med hilsen Mossekarusell styret

Jubilanter 2019

pr. 10.02.2019

5 år:

Marit Skei Andersen, Siri Karlsen Bakke, Christine K. Berg, Karin Dalbye, Oda Bromander Falkenbo, Lene Hanche Hafskjold, Pia Johansen, Thea Koren, Erna Larsen, Jorun Grevle Lolland, Hanne Løkka, Tone Nordang Pettersen, Hedvig Oline Tveten, Margrethe Tveten, Selma Øde, Kristoffer Askautrud, Frode Cindahl, Hans Erik Eide, Stian Lauritz Falkenbo, Sindre Flakstad, Aksel Aimar Gundersen, Roger Hild Hansen, Roar Hermansen, Svein-Åge Karlsen, Espen Lauvstad, Hans Martin Mabäcker, Simen Nieuwlaat, Leif Ombustvedt, Lars Arne Pettersen, Lars Phil, Hans Martin Ramleth, Lars Egil Saastad, Johnny Stensrud, Daniel Tangen, Asmund Tangen, Håkon Urdal.

10 år:

Arne Brunvoll, Svein Robert Johansen, Arild Svenson, Svein Kåre Aas.

15 år:

Anne Signe Been, Gro Iren Tell, Halvor Been, Eirik Oscar Cederbrand, Trond Enholm.

20 år:

Anne Mari Landverk, Trond E. Evensen, Øyvind Løken.

25 år:

Arnfinn Flakstad, Per Christian Lygård, Jon Ivar Sørлие.

30 år:

Jan Erik Fredriksen, Jørgen Ludvigsen.

35 år:

Turid H. Bergerøy, Tove Nygård Nilsen, Bjørn Foslund.

40 år:

Vera Wiese Bromander, Dagrund Stræth Fledsberg, Per Engelsen, Audun Holmgren.