

MOSSEKARUSELLEN 2020



Komiteen i Mossekarusellen har gleden av å invitere til løpekarusell for 44. gang! I 2020 inngår Mossekarusellen i jubileumsprogrammet for feiring av byjubileet til Moss, 300 år.

Premier

Siden Mossekarusellen skal være med å feire byjubileet blir det utdeling av T-skjorter, fellespremie, til alle løpere allerede på Albyløpet. Mossekarusellen håper premien, med logoer både for løp og Moss2020, blir flittig brukt resten av sesongen.

Uttrekkspremier på startnummer for både trim og tidtagerklassen på Ekholtløpet, Kambomila og Årefjorden Rundt. I tillegg premie til alle barn t.o.m 15 år. Beste dame- og herreløper blir ekstra premiært 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 1980 starter i klasse 40 - 44 år).

12-15	16-19	20-24	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.

Datoer, tider, steder og distanser:

LØP	DATO OG TID	STED	DISTANSE
Albyløpet	Fredag 8. mai kl. 18.30	Hovedporten på Alby	3,0 km for alle
Ekholtløpet (fellesstart)	Onsdag 10. juni kl. 18.30	Rygge Ungdomsskole, Bredsand	7,0 km (3,8 km)
Kambomila (fellesstart)	Onsdag 26. aug. kl. 18.30	Noreødegården	10,2 km (5,8 km)
Årefjorden Rundt (fellesstart)	Lørdag 26. sept. kl. 13.00	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/mossekarusellen2020 eller link på Mossekarusellens hjemmeside. OBS! 2 valg ved påmelding; enten hele karusellen eller kun Albyløpet. Frist: onsdag 6. mai 2020 - kl. 23.00 Spørsmål vedr. påmelding til E-post: Mossekarusellen@gmail.com	Hele karusellen kr. 400,- Hele karusellen, barn under 16 år kr. 150,- Enkeltløp kr. 200,- / 50,- Etteranmelding hele karusellen kr. 600,-

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

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

Til deltakerne i Mossekarusellen

Karusellkomiteen ønsker:

- At påmelding til hele karusellen eller kun Albyløpet gjøres elektronisk før Albyløpet. **Til og med onsdag 6. mai har du 2 påmeldingsvalg; enten hele karusellen eller bare Albyløpet.** Hvis påmelding gjøres på Alby på løpsdagen vil det påløpe et gebyr, for etteranmelding. **Påmelding til enkeltløp etter Albyløpet gjøres løpsdagen ved oppmøte på startstedet.**
- 3 fullførte løp = godkjent karusell.
- På løpsdagene skal de som løper i tidtagerklassen starte på klokkeslettet som fremgår av startlistene. **Trimklassen starter 5 minutter etter på Ekholtløpet (nødvendig grunnet trang trase ikke lenge etter start).** På Kambomila og Årefjorden rundt starter trimklassen 1 minutt etter fellesstarten for tidtagerklassen.
- 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 2020 (se nedenfor), og fullfører karusellen er du hjertelig velkommen til festmiddag lørdag 26. 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

Leder
Elin Måleng Tingstad

Kasserer
Anne Signe Been

Sekretær
Siri K. Bakke

Jubilanter 2020

pr. 08.03.2020

5 år:

Kristian Wiese Bormander, Julie Riddervold Johansen, Linnea Riddervold Johansen, Anne Toril Bjørk Kvarsnes, Karianne Pettersen, Hilde E Skaatan, Marit Skei Andersen, Karin Dalbye, Hanne Løkka, Jonas Askautrud, Ole Petter Ellingsen, Stig Aimar Gundersen, Audun Haglo, Jan Anders Hansen, Roar Hermansen, Kenneth Horne-Olsen, Dag Tarje Høiby, Adnan Majeed, Kristoffer Nordheim, Øystein Sognli, Magnus Herje Strømme, Frank Sæther, Anders M. Pedersen, Hans Erik Eide.

10 år:

Hege A. Hellem, Harald Bauger, Arild Bauer, Henning Dalbye, Stian Løkken.

15 år:

Gro Iren Tell, Harald Strømme.

20 år:

May Britt Kildahl, Elling-Olav Rukke.

30 år:

Anne Marie Grytdal, Jan Einar Hanssen.

35 år:

Øivind Lundberg, Lasse Skudal, Bjørn Torjussen.

40 år:

Jan Erik Edwardsen.

Besøk oss på: www.mossekarusellen.no og på Facebook ([Mossekarusellen](#))