Info til starter Ekholtløpet

- **OBS!**
  Hvis du opprinnelig meldte deg på i tidtagerklassen og løp i denne på Albyløpet, men velger å løpe kort løyp og trimklassen på Ekholtløpet, så MÅ du gi beskjed til de i tidtagerbilen (før eller rett etter løpet).

  Startlista henger på oppslagstavla slik at klasse kan sjekkes hvis du er i tvil.
  (Det blir feil i resultatlistene hvis en løper som løper kort løype blir tatt tiden på…..urettferdig i forhold til resten av løperne i klassen ☺)

- **Fellesstart aktiv kl. 18.30**
- Trim starter 2 min etter at tidtagergruppa har startet. Grunnet trebrua ved Carlberg gård SKAL trimklassen ikke starte samtidig med tidtragerklassen.
- Trim velge mellom lang (7 km) og kort løype (3,8 km).

- OBS! Brua etter 1,5 km. Grunnet jenrbaneutbyggingen gjør traseen en liten omvei og det må løpes ned en trebro med krappe svinger ned til Carlberg gård. Senk farten og vær forsiktig!

- **Vedr. løypa; husk at alle som løper lang løype skal løpe igjennom tunellen (Calbergundergangen). De som løper kort løype (trim) skal IKKE gjennom tunellen, men løpe rett fram.**

- **Holde plassen sin etter passering av målstrek. Skannes etterpå i målslusa.**

- Premie til alle – T-skjorte (hente selv etter målpassering)
- Premie beste dame og herre i tillegg

- **Ta vare på startnummeret. Brukes på alle løp.**
- Drikke kun i mål
- Toaletter og garderobene i skolen.