



# OSI/GeoForm Rankingløp 22

## lørdag 3. november 2018

- Samlingsplass:** Velkommen til løp ved varmestua ved gamle Fjellstadbakken, registrering ved heishuset. Merket med skjermer fra grusveikryss ved Skraperdutjern syd.
- Kollektivt:** T-bane til Skullerud stasjon eller alle busser som stopper ved Skullerud stasjon/skole.
- Parkering:** P-plass på innsiden av Skullerud skole, plasser også ved parkeringen på Skullerudstua men der foregår det anleggsvirksomhet som kan begrense antall plasser.
- Start:** Fri start mellom 1100 og 1400 – siste løper i mål før 1600.
- Klasser og løyper:**
- |                 |        |
|-----------------|--------|
| Lang – 6,1 km   | 1:7500 |
| Mellom – 4,5 km | 1:7500 |
| Kort – 3,1 km   | 1:5000 |
- Terreng og kart:** St. Hans åsen og Skullerudåsen. Oppsal orientering sitt løpskart over område fra 2018. Deler av terrenget ble også brukt i årets utgave av Knut Valstads minneløp. Løpsområdet er tilnærmet fritt for hogst og det er lagt vekt på variasjon i løypeleggingen så alle får sitt. De aerobisk sterke, o-teknikerne, klatrerne og de sterke løperne. Kortløypa er den mest geriatrivennlige. Start er lagt nesten på toppen av gamle slalåmbakken. Underlaget er tidvis av rekordtan-mose, løpsvennlig og mykt og lengste strekk på langløypa er innpå 1,1 km. Løypene kommer i kontakt med flotte utsiktspunkter og to trolske Nøkken-vann av beste Østmarka/Asbjørnsen og Moe merke. Løypene har blitt kvalitetssikret av tidligere landslagsløper Audun Weltzien. Vi håper de faller i smak. Løypene krysser turvei og det oppfordres til å se seg føre for syklister i stor fart. Det blir hengt ut varsel langs grusveien om at o-løp pågår.
- Påmeldingsavgift:** Kr 70.-  
Medlemmer GeoForm/OSI: kr 30.-  
Barn/ungdom 0 – 16 år: kr 30  
DNV/Esso kr 0,- etterfaktureres  
Påmelding og betaling ved fremmøte (kontant eller Vips) **Vipps 101093** («Geoform startkontigent»)  
Utleiebrikke så lenge vi har kr 20.-
- Resultater:** <http://ilgeoform.no/rankinglop/> samt <http://eventor.orientering.no>
- Arrangør:** IL GeoForm ved Rune Hultgreen og Stig Hultgreen Karlsen.  
E-post: [stig@abildsoelektriske.no](mailto:stig@abildsoelektriske.no)  
Mobil 90019600



Ønsker alle velkommen til en flott orienterings dag i Østmarka.