



Høgåsen

# HØGÅSEN RUNDT

## 30.08.2020

### 40 års reunion av mosjonsløpet Høgåsen rundt.

**Start/mål og sekretariat:** Oppstad Idrettsplass.

**Tid:** Søndag 30 august 2020.

**Distanser:** 17 km, 10 km og 3,5 km- (kun trimklasse.)

**Start trimklasse:** fra kl. 10.00.

**Start konkurranseklasse:** kl. 11.00. (i puljer på 25 stk)

**Startkontingent/Klasser:** Konkurranse: 12-16 år: 150,- 17 år - eldre: 150,- Trim: 100,- Dame/herre klasse for 10 og 17 km. Kun trim i 3,5 km

**Premiering:** Alle som deltar vil få deltagerpremie. I konkurranseklassene premieres klassevinnerne.

**Påmelding:** E-post til [friidrett@oppstadil.no](mailto:friidrett@oppstadil.no). Innen 29.08.

**Etteranmelding:** Før start, innen kl. 10.00. 100 kr ekstra. Vipps:118813

Vi legger stor vekt på å arrangere løpet etter NFIFs retningslinjer for mosjonsløp under koronasituasjonen. Det betyr bl. a at det kan være max 25 løpere i hvert heat. Startlistene vil bli lagt ut på vår hjemmeside lørdagen før løpet, slik at løperne skal være kjent med sine eksakte starttider. NB: Ut fra dette: Påmeldingsfrist fredag 29.08.20 kl. 18.00. Ingen kiosk pga.covid-19.

Det vil etterhvert komme mer info på vår hjemmeside eller Facebooksiden til Oppstad il friidrett. Vi henstiller om å følge med.

**40 års reunions!**  
Vi inviterer dere til å være med på restart av mosjonsløpet Høgåsen Rundt

I år er det 40 år siden skogsløpet Høgåsen rundt ble arrangert for første gang. Siste gang det ble arrangert var i 2006.

**HOKA ONE ONE**  
joggesko som trekkepremie

Løypa går på grusvei og skogssti. Vi passerer fraflytta boplasser og nedlagte setervoller, og har en høydeforskjell på ca. 300 m. Det er to drikkestasjoner, lukkede drikkeflasker serveres

**OPPSTAD IL FRIIDRETT**  
Skjulstadveien 380, Pb 38,  
2101 Skarnes

[www.oppstadil.no](http://www.oppstadil.no)

30.08.2020

Kl.11.00



**OPPSTAD IDRETTSLAG**

**SpareBank** ØSTLANDET