



INNBYDELSE

Veritas BIL

VIRTUELL NATT TRENING UKE 48 (23.-28.nov) 2020

Pga Korona-stusasjonen blir denne ukes løp som de to foregående. Vi tilbyr tre løyper for natt-trening denne uka. Dette blir et treningsløp uten resultater utover det som blir tilgjengelig på Livelox og usynlig-o. Ytterligere informasjon, linker og kart for utprinting finnes på veritasorientering.com.

Husk Refleks

- Parkering: Rolfstangen badebass (parkering), buss 21 til Roftangen (derfra ca 500 meter å gå). 59.890470 N, 10.632482 E
<https://kart.gulesider.no/m/dw1Cu>
- Starttid: Uke 48 F.o.m man 23/11 kl. 0800 t.o.m. lør 28/11 kl. 2359.
(Refleksene tas inn søndag.)
- Livelox <https://www.livelox.com/Events/Show/56424/VBIL-Nattl-p-Fornebu-Uke-48>
- Usynlig-O: <https://usynligo.no/allracesmap> Løpet heter: VBIL NattLøp Fornebu 2020
- Kart: Utdrag av Fossums sprintbase Fornebu 1:4000, ekv. 2 m, ferdigtegnet A3/A4 format. Lastes ned fra veritasorientering.com.
- Postmarkering: Refleks-rør med hvite merkeband på de fleste poster. Postflagg med refleks på start/mål og 3 poster i skogen ved telenorbygget (Kort: Post 5 og 6; Mellom: post 8, 9 og 10; Lang post 14, 15 og 16).
- Løyper: Lang: 5,0 km,
Mellom: 3.8 km,
Kort: 2,8 km
- Startkontingent: Frivillig innbetaling av startkontingent Kr. 30,- på Vipps til 91 12 51 99 (Torkil Eide Solstad). VBIL medlemmer og VBIL-arrangører, under 16-år og Fossum IF medlemmer gratis.

Arrangører:

Torkil Eide Solstad(91 12 51 99) og Trine Disch Kihle

Gi gjerne tilbakemelding på løpet, spesielt hvis noen poster mangler.

GOD NATT- TRENING! 😊