



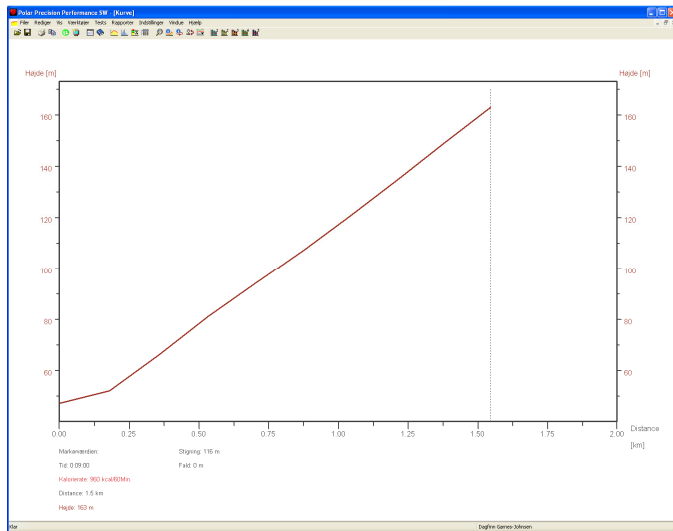
IF Klypetussen

innbyr til Trongjo Opp 10. april – 2008

- Dette tradisjonsrike løpet vert arrangert på tredje året som sykkelritt. Det vert arrangert med både løpe- og sykkelklassar.
- Rittet vert arrangert med aktiv, trim og turklasse. Trimklassen sykklar fellesstart medan aktiv- og turklassen sykklar tempo.
- Trongjo Opp er ein bakketempo på 1,7 km 8,3% stiging. Litt brattare siste 200 m. Sjå profil.
- Start trimklasse kl. 19.00.
- Start aktiv og turklasse kl. 19.10. Intervallstart med 60 sek. Intervall. (Løpeklassane startar etter sykkelrittet om lag kl. 19.30.)
- Påmeldingsfristar:
- Aktive klassar 09.04 kl. 18.00
- Turklassen 09.04 kl. 18.00.
- Trimklassen fram til 10.04 kl. 18.45.
- Startliste for aktiv- og turklassen vert lagt ut på www.klypetussen.no/sykkel 9/4 kl. 21.00
- Startpengar Trimklasse kr. 25,- + kr. 25,- i lisens (forsikring)
- Startpengar aktiv – og turklasse kr. 100,-
For å starta i aktiv klasse, må du ha heilårslisens. Kontroller på www.sykling.no om du er registrert. M/K 11-16 kan løysa eingongslisens ved start på kr. 50,-
I turklassen kan ein løysa eingongslisens kr. 150,-
- Garderobe Sævareid skulehus etter rittet.
- Løype. Start i botn av bakken ned mot Frette. Mål på toppen. Løypa er stengt for oppvarming etter kl. 18.45. Om lag 1 km veg bak start til oppvarming. Rår til å ta med seg rulle.



IF Klypetussen



Frå Etne, køyr E134 mot Oslo. Ta av til høgre mot Frette etter 18 km.

