**Fra fjord til Helvete**

**Motbakkeløp i Søndre Land**

**Lørdag 27. Juni 2015 kl. 11.30**

**Fellesstart fra Hov båthavn**

**Utlevering av startnummer fra kl. 10.00**

Velkommen til motbakkeløpet ”Fra fjord til Helvete” i Søndre Land. Løpet går som navnet tilsier fra Randsfjorden og opp til stedet Helvete ovenfor Hov, kommunesenteret i Søndre Land.

Løypa følger Fjordvegen fra Hov båthavn og tar inn Hovsbakken ved Hovli/brannstasjonen, litt oppover så inn gangvei til venstre og opp foran Rådhuset og over Flykesveg 34 på gangfelt og videre mellom Randsfjord Handel/MX Sport og apotek, så opp en liten sti til Sølvhaugvegen og til høyre i denne før det tar til venstre og opp Lensmansgutua til denne møter Åsvegen. Ta til venstre og følg Åsvegen helt opp til Helvete, på toppen av stigningen.

Løypa er 4 kilometer lang og har en total høydestigning på 396 meter.

**Klasser:**

- J/G 12 år og yngre (født 2003 eller senere).

- Junior kvinner og junior menn 13 - 19 år (f. 2002 - 1996).

- M/K Senior 20 år og eldre (født 1995 og tidligere).

**Startkontingent:**

J/G 12 år og yngre: 80 kroner (ingen lisens)

M/K junior og M/K senior: 100 kroner (kr.20,- engangslisens) og kr. 80,- for de som har Norges Friidrettsforbunds helårslisens.

**Påmelding:**

Påmelding til epost skigruppaslil@[gmail.com](http://gmail.com/) eller ved start fra kl. 10.00.

Startkontingent betales til kontonummer 1503.56.32341 (SLIL Ski)

**Premiering:**

Premie til de 3 beste i kveld klasse. I tillegg deltakerpremie til alle i J/G 12 år og yngre. Premieutdelingen foregår i Hov sentrum umiddelbart etter løpet.

**Kontakt:** Lars Bjørnsveen (90889759), Per Christian Aasarmoen (91133756)

**Arr.:** Søndre Land IL Ski i samarbeid med Søndre Land IL Friidrett