



BAKKELØP

1.oktober

Mosætra, Stordal

PARKERING

Ved Mo bedehus og på marka ved busskuret ved avkjøringa til Overøye. Det vil vere skilta til parkeringa.

START

Konkurransesklassa har fellesstart kl.12:00.

Mosjonistklassa (for alle, utan tidtaking) med fellesstart kl.10:00. Ein kan starte før eller seinare om ein vil, men aktivitetar for dei minste langs løypa vil vere frå kl.10:00-11:30.

Alle som skal gå opp må gå innom sekretariatet ved start og få utdelt lodd til trekning på toppen. Konkurransesklassa får utdelt lodd ved målgang.

LØYPA

Løypa vil gå langs grusvegen eit lite stykke før ein går ut av vegen og følg råsa opp. Dette vil vere tydeleg merka. Både konkurranse- og mosjonistklassa følg den same ruta. Løypa er tilnærma lik dette stravasegmetet:

<https://www.strava.com/segments/2542554>

AKTIVITETAR UNDERVEGS

Undervegs vil det henge historier og verktøy som vi bruker i MOT. Dette er både for små og store. Eit lite stykke oppi råsa vil du møte på «Eventyrskogen». Der vil det vere opplegg for dei minste, tilrettelagt for barnehage og barneskule. Seinare i løypa vil du møte ein «bensinstasjon» med gratis «bensin» for alle.

PÅ TOPPEN

Heilt oppe vil det vere sal av kaffi og kaker, loddtrekning, premiering av konkurranseklassa og ulike aktivitetar for små og store.

VIKTIG INFORMASJON

Konkurransesklassa startar klokka 12:00. Er du i råsa i tidsrommet frå 12:00-12:30 må du vere spesielt obs på deltakara som kjem, og flytte deg ut i frå løypa i god tid. Vi vil gjerne ha publikum langs løypa, men vi vil ha lite folk som går opp eller ned i dette tidsrommet!

PÅMELDING:

Ingen påmelding i mosjonistklassa.

Påmelding for konkurranseklassa til og med 30.september via denne linken: <https://forms.gle/iLY2yToT2VNoxkPt9>

Det er også mogleg å melde seg på i sekretariatet før start, men vi ser helst at påmeldinga er gjort på førehand via linken ovanfor . Påmelding og utdeling av startnummer seinaste 30 minutt før start, kl. 11:30.

Det blir fire klasser; kvinner under 18, kvinner over 18, menn under 18 og menn over 18. Premie til dei tre beste i kvar klasse.

AVSLUTNING

Vi avsluttar ca. kl. 13:30. Arrangementet er gratis og arrangerast av MOT i Fjord kommune. Fjord kommune er ei MOT-kommune som har faste opplegg i ungdomsskulane og blant dei tilsette i Fjord kommune. Dette er eit arrangement for MOT i samfunnet.

For spørsmål om arrangementet, send mail til: robin.hoiberg.aasen@fjord.kommune.no



Fjord
kommune