



Bergens Tidende og T & IF Viking inviterer til

Fjellveiløpet

Tirsdag 12. mai, 2009 Start kl. 19.00
Barneløpet starter kl. 18.30

Fellesstart for 3 og 9 km midt i Fjellveien ved
Hesten trenger kvile (200 meter nord for Fløybanen)
Barneløpet starter kl. 18.30 samme sted

- 9 km
- 3 km
- Barneløp

Arrangør: Bergens Tidende i samarbeid med Turn & Idrettsforeningen Viking

Bergens  Tidende

 SparebankenVest

NECON
Norwegian Engineering & Consulting AS

Chess

Løpet alle kan delta i!

Fjellveiløpet - passer for alle !

I Fjellveiløpet kan alle konkurrere og alle finner noen å konkurrere med. Nivået varierer fra de beste i landet til de som tar løpet som sin årlige test på formutviklingen med heller lite forhåndstrening. Mange deltar også for å oppleve spenningen på startstreken, signalene fra ulike deler av kroppen, stemingen i løypen, utsikten over byen, og den gode samtalen etterpå.

Delta i din klasse

Hvordan er formen? Er du i god form i forhold til andre på din alder? For å gi deg en pekepinn på dette setter vi opp to versjoner av resultatlisten. En versjon viser resultatene fordelt på menn og kvinner for de to løypene. Den andre versjonen viser de samme resultatene fordelt på årsklasser fra 12 år og oppover. De rangerte resultatene blir lagt ut på Internet etter løpet. *Merk: Etteranmeldte kommer bare på den første lista.*

Premiering

Deltakerpremie til alle som fullfører

Premier:
Flotte gavepremier. Startnumre trukket ut med gevinst, blir kunngjort på eget oppslag umiddelbart etter start.



Fjellveiløpet. De 3 beste i dame- og herreklassene i kort og lang løype premieres.

Merker/medaljer

Alle som fullfører kort eller lang løype får deltakerpremie. Etter 3.

og 7. løp - medalje. Plakett for 10, 15, 20, 25, og 30 års deltakelse.

Garderober/Kiosk

Garderober på Skansemyren idrettsplass. Kiosk ved Hesten trenger kvile.

Kort løype - 3 km:

Start ved Hesten trenger kvile. Løp 1.5 km langs Fjellveien sørover mot Bellevue. Så snur løypen 180°. Følg Fjellveien tilbake til mål ved Hesten trenger kvile. Hold til høyre når du løper for å unngå kollisjoner med dem som løper i motsatt retning.

Lang løype - 9 km:

Start ved Hesten trenger kvile. Løp ca 3 km langs Fjellveien nordover mot Sandviken. Snu 180° i den nordligste enden av Fjellveien. Deretter løper du hele Fjellveien og snur 180 grad i sørligste ende. Følg så Fjellveien tilbake til mål ved Hesten trenger kvile. Hold til høyre når du løper for å unngå kollisjoner med dem som løper i motsatt retning.

Kampen mellom bedrifter og klubber

Vi lager også en rangering mellom deltakere fra ulike bedrifter og klubber. Hver deltaker

får poeng etter plassering i den første versjonen av resultatlista. Bedrifter og klubber rangeres så etter hvor mange poeng de enkelte deltakerne har samlet. Også de deltakerne som kommer langt bak på lista får poeng, så her gjelder det å mobilisere så mange som mulig. *Merk: Det er bare forhåndspåmeldte som registreres i denne konkurransen.*



Klubb- eller bedriftsmesterskap?

Om ønskelig setter vi opp egne resultatlister for klubber eller bedrifter som vil benytte Fjellveiløpet som internt klubbmesterskap.



Barneløpet

Barneløpet er 600 meter langt og start-er også fra Hesten trenger kvile.

Start kl. 18.30. For de som skal løpe de lengre distansene er det en naturlig del av oppvarmingen å heie på de unge håpefulle. Til gjengjeld får deltakerne i barneløpet roe seg ned med å heie på løperne i de lengre distansene.



Bergens Tidende

Arrangørene Turn og Idrettsforeningen Viking og Bergens Tidende takker sine samarbeidspartnere:



PÅMELDING

Påmelding via Internet
www.tifviking.no

Vi har i år fått et nytt og enkelt påmeldingssystem på nett. Du legger inn opplysninger og betaler startkontingent over nettet. Du vil umiddelbart få kvittering på at bestillingen er OK. 14 dager før arrangementet mottar du påmeldingsbevis pr. e-post. Dette skrives ut og tas med arrangementsdagen som bevis på at du er påmeldt og har betalt. Påmeldingsbeviset vises ved uthenting av startnummer. De som melder seg på de siste 14 dagene før arrangementet vil få påmeldingsbevis tilsendt samme dag som påmelding er registrert.

Voksen kr.150,-. Barneløp kr. 60,-
Familie kr.300,-.

Utdeling av startnummer og etteranmelding før start løpsdagen.
Etteranmelding + 30 kr,-.