



**Bli med i Pinåsløpet 2024 lørdag 15. juni!**

**Pinåsløpet feirer 20 år!**

**Ett av sør-Norges mest spennende terrengløp.**

**Ta turen i TRIM-klassen**

**eller delta i klasser på tid.**

**I Pinåsløpet kan du konkurrere med deg selv,**

**naboen, kollegaen eller rett og slett**

**ha en fin skautur.**

**BLI MED DA VEL!**



**[www.pinaaslopet.no/](http://www.pinaaslopet.no/)**

Svarstad IL, i samarbeid med Lardal o-lag, arrangerer terrengløpet Pinåsløpet, som passer for alle. ☺ Du kan delta i TRIM-klasse uten tid eller bli tatt tida på i aldersbestemte klasser. Løypa er 8 km og er ei rundløype som går over toppen Pinås, 367 moh, og ned igjen. Starten er på ca. 60 moh. Løypa inneholder 1 væskepost. En flott og kupert trasè i nydelig natur, og med fin utsikt på toppen. Trasèen består av en kombinasjon av sti, traktorveg og litt skogsbilveg. Dette er ei turløype (Huldresti), som Lardal o-lag vedlikeholder sammen med Svarstad IL.

*Ví har også et eget barneløp for 0-9 år.*

*Løyperekordene i 8km-løypa innehas av David Thorvik med 33.20 og Nora Sanness med 35.47*

*Men du kan også delta i TRIM-klassen uten å bli tatt tida på. ☺*

### **KLASSER 8 km**

<i>Jenter</i>	<i>10-12 år</i>	<i>Gutter 10-12 år</i>
<i>Jenter</i>	<i>13-14 år</i>	<i>Gutter 13-14 år</i>
<i>Jenter</i>	<i>15-16 år</i>	<i>Gutter 15-16 år</i>
<i>Damer</i>	<i>17-20 år</i>	<i>Herrer 17-20 år</i>
<i>Damer</i>	<i>21-34 år</i>	<i>Herrer 21-34 år</i>
<i>Damer</i>	<i>35-39 år</i>	<i>Herrer 35-39 år</i>
<i>osv.</i>		

*Deretter 5-års-klasser etter behov.*

*Trim er for alle aldre. Barneløp 0-9 år: ca 850m  
Trim-klassen og barneløpet er uten tidtaking, og man kan være flere sammen.*

### **PREMIERING**

*Beste dame- og herre-løper kjemper om henholdsvis "Pinås-kjærringa" og "Pinås-gubben".*

*I alle klasser er det minimum premie til vinneren.*

*I barneløpet blir alle premiært.*

**[www.pinaaslopet.no/](http://www.pinaaslopet.no/)**

## FRAMMØTE

Hos Nora-Marie Sogn og Ole Wiik i Dalen på Steinsholt.  
(2km nord for krysset fv.40/32)  
Merket fra fv.40 med oransje og hvite orienteringsposter.

## KAFÉ

På arenaen vil det bl.a. være salg av  
sveler, is, kaffe, min.vann, og kaker.  
Vi vil spesielt nevne våre berømte nystekte Pinås-sveler!  
Løperdrikke ute i løypa og ved målpassering, er gratis.

## DUSJ/VASK

Som i orienteringsløp er det våtklut-metoden som gjelder.  
Et forfriskende bad i Daleelva kan anbefales!

## START

Felles start mini-Pinås, barneløp 0-9 år kl.11:00  
Felles start alle klasser kl.12:00.  
Deltagere i trimklassen kan starte med en gang de har meldt seg  
på, men ikke senere enn kl.11:30.

## PÅMELDING/AVGIFT

Via løpets nettsider [www.pinaaslopet.no](http://www.pinaaslopet.no)  
Kr.50,- for barneløp 0-9 år  
Kr.100,- for barneløp 0-9 år for familie  
Kr. 150,- for 10-16 år og trim  
Kr. 250,- for 17 år og eldre  
Ordinær påmelding fram til fredag 14/6 kl.16:00.  
Etter det blir det et etter-anmeldingsgebyr på kr.50,-  
Påmeldinger mottas også på løpsdagen fra ca. kl.10:00 og  
så langt fram mot start som praktisk mulig med gebyr kr.50,-  
Det er innført lisens i mosjonsløp. Det betyr at hvis man ikke har  
helårslisens må man betale engangslisens på kr.30,-

## INFO/AVLYSNING

Informasjon og eventuell avlysning kunngjøres kun på  
[www.pinaaslopet.no](http://www.pinaaslopet.no)

**Vel møtt!**

**[www.pinaaslopet.no/](http://www.pinaaslopet.no/)**

Våre samarbeidspartnere:



FRITZØE  
SKOGER



*Tomrer Ove Røsholt*  
90583596

ROY  
Hogstad  
AS



[www.pinaaslopet.no/](http://www.pinaaslopet.no/)