



# Oslo Rokrets innbyr til Roerlangrennet 2014 søndag 02.mars kl.11.00

Startsted/tid: Kl. 11.00 fra Sørkedalen Idrettsforening, Bygdehuset, Sørkedalen  
(Buss 41 fra Røa til "Lokalet", går en gang i timen)

**Startnummer utleveres fra kl. 09.30 – 10.30 i Gamlestua.**

Påmelding: [m-lundh@online.no](mailto:m-lundh@online.no) (sett "roerlangrenn" i emne)  
HUSK: klubb, og hvilken klasse du skal starte i.

Påmeldingsfrist: Torsdag 27. februar 2014.

Startkontingent: Kr. 0 pr. deltaker. **GRATIS.**

Etteranmeldinger: **Inntil kl. 09.30** søndag 02.mars på sms til 900 36 137

Premier: Premiering i alle klasser.  
Vandrepokal til den klubb som stiller med flest antall deltakere, uansett klasse.

Klasseinndeling:	Distanse:
Jr. B/C/D, damer og herrer	5km
Jr. A, damer og herrer	10km
U23/Senior damer	10km
U23/Senior herrer	15km
Elite, damer og herrer	20km
Veteran, damer og herrer	10km
Veteran, damer og herrer	20km
Trim klasse i alle aldre	valgfritt, dog minimum 1km

**NYTT NYTT**



"Kanin"-løype for de minste

Det disponeres herre og damegarderober i underetasje av huset.  
Etter rennet kan det kjøpes vafler og varme drikke i Gamlestua i 1.etasje.

Vel møtt !  
**Oslo Rokrets**

Vi tar forbehold for mulige endringer av distanser og startsted. Dette vil i så tilfelle bli meddelt på forhånd.

Oslo Rokrets, c/o Christiania Roklub, Frognerstranda 2, 0250 Oslo