



Jon Harald Berge vant i 2008 på 8.13.50



Fire av de 27 deltagerne i fjorårets løp

Kristins Runde 27.juni 2009

80,5 km (50 miles)

Start: kl 07:00

Makstid: 16 timer



Deltagerbegrensning: 50 deltagere

Self support løp, dvs at løperne bringer med seg mat, drikke, klær mv til eget behov. Mulighet for transport av klesskift, skobytte, mat mv. til servicepunkt ved Ringkollen (28 km).

Kart og detaljert rutebeskrivelse til alle deltagere, merking på strategiske punkter. Elektronisk stemping på alle toppene og to andre kontrollpunkter underveis.

Premiering: Minnepremie i form av spesiallaget beltespenne.



Start og mål ved Trantjern Gård. Her er det også anledning til overnatting for kr 690,- pr pers pr dag inkl. middag og frokost. Det blir sammenkomst utenfor eller i peisestua etter løpet. Det blir anledning til å kjøpe middag og andre måltider for de som ikke skal overnatte.

Starten er altså flyttet fra Svartbekken og 8 kilometer nærmere den første toppen. Avslutningen siste 8-9 km er ny – ellers er alt som i 2008. Løypa er kortet inn ca 1 km.

Arrangør:
Romerike Ultraløperklubb

Påmelding sendes: Kristins Runde ved Olav Engen, Idrettsvegen 1, 2170 Fenstad eller på mail til oengen@broadpark.no
Starkontingent: 400 kroner
Startkontingen sendes Olav Engen
konto nr 7108 11 23653
IBAN: NO55 7108 1123 653
BIC: DNBANOKKXXX

Påmelding er ikke gyldig før startkontingent er mottatt. Deltagerne må også sende inn et registreringsskjema de får tilsendt.

2. Kristins Runde Lørdag 27.juni 2009



80,5 km

- Helgehaugen 705 moh - Lamannshaugen 701 moh - Svartjernshøgda 717 moh - Ringkollen 701 moh - Oppkuven 704 moh -



Alle de 27 deltagerne fullførte fjorårets løp

Les mer på Kristins Runde hjemmeside:

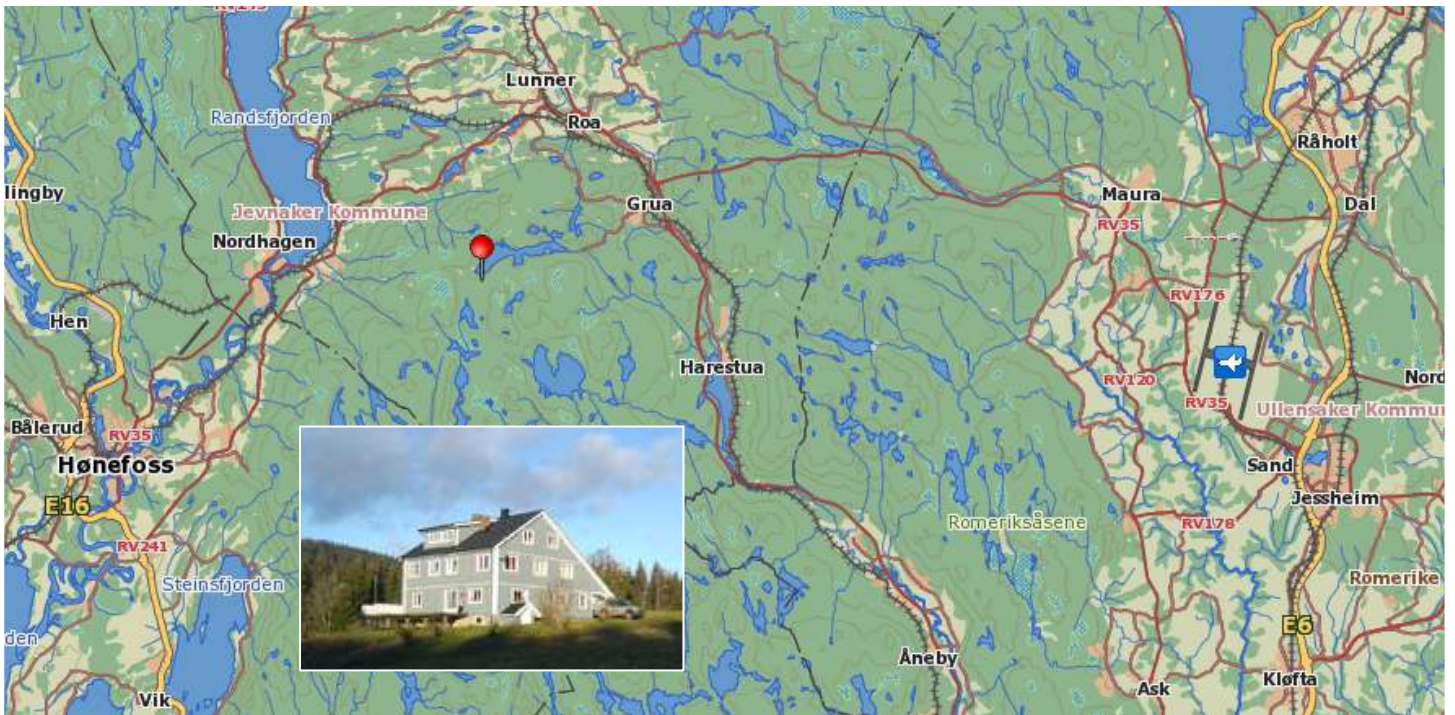
<http://www.kondis.no/Romerike/index.php?aid=68905>

Alle påmeldte vil i tillegg få tilsendt nyhetsbrev med viktig informasjon

Hva og hvor er Kristins Runde

Løpet starter og slutter på Trantjern Gård vest for vannet Mylla i Nordmarke utenfor Oslo. Alle Nordmarkas fem 700 meters topper skal besøkes, dvs Helgehaugen, Lamannshaugen, Svarttjernshøgda, Ringkollen og Oppkuven. Løypa er 80,5 km hvorav ca 15 km kupert terreng og resten grusvei.

Samlet skal du forsere ca 2.300 høydemeter.



2. Kristins Runde Lørdag 27.juni 2009

80,5 km



- Helgehaugen 705 moh - Lamannshaugen 701 moh - Svarttjernshøgda 717 moh - Ringkollen 701 moh - Oppkuven 704 moh -