



IL Norodd inviterer til

VÅRMILA 2014

Torsdag 1. Mai 2014



SpareBank
NORDVEST 



IL Norodd ønsker velkommen til årets utgave av "Vårmila"
1. Mai med start kl. 13.00 for Ungdom/Junior/Turritt/Aktive,
samt Trim.

NYTT FOR ÅRETS RITT:

- MyLaps Elektronisk tidtagningsystem
- Serveres gratis salat og pasta til deltk.
- Barnesykkelritt kl. 13.15 for barn fra 5 til 12 år. Løypen vil stort sett gå på grus og i lett terreng. Mulighet for litt eldre til å delta også. Premie til alle deltakere 😊



Vårmila arrangeres som et turritt/ trimritt og er åpen for alle. Konkurrer mot naboen, en kollega eller deg selv.



For fire år siden var Kurt Asle Arvesen med, kanskje du blir med i år?



I Vårmila er det mulighet for alle både profesjonelle, mosjonister og bedriftslag. Her representert med en sprek gjeng fra Vestbase





Nyttig informasjon om arrangementet: _____

Påmelding:	Web-basert via www.sykling.no eller www.minidrett.no Du kan også sende mail til sykelstyret@norodd.no innen 28. April. Påmelding kan også gjøres ritt dagen i sekretariat mellom 10.00 og 12.00
Startkontigent:	Turritt Kr. 250,- Trim kr. 150,- Etteranmeld. Kr. 300,- / kr. 250,- engangslisens kr. 150 for turritt og 30 trim,-
Bespising:	Salat/pasta m/brød og drikke inkludert i startkontigent etter ritt.
Klasseinndeling:	Alle klasser fra 13år → Både racer og offroad kan benyttes.
Lisens:	Deltakere må forevise gyldig lisens. Engangslisens kan kjøpes ved start.
Tidtakning:	Elektronisk tidtakning, MYLAPS Sports Timing
Premieutdeling:	Gymsal inne i Frei Barneskole ca. kl. 15.00
Løypa:	Start ved Frei Barneskole. Sykler mot hovedvei RV70 hvor vi tar til venstre mot Rensvik. Ved Shell stasjonen på Rensvik tar vi til høyre mot Kvalvåg. Sykler fra Kvalvåg opp Kvalvågbakken. Sykler forbi Bjerkestrand videre mot Frei Kirke, forbi Frei-stranden. Tar til høyre på "gammelveien" opp til Flasetbakken ved Flatsetsund Møbelfabrikk opp mot Storbakken og Frei Barneskole
Høydemeter:	Løypa har 280 høydemeter pr. runde
Lengde:	Turritt 48 km (To runder) Trim 24km
Parkering:	Coop butikken på Storbakken, 50m fra startområde
Garderobe:	Frei barneskole
Løyperekord:	1:09:10 satt av Erik Jordahl, IL Norodd – Sykkel 2009
Vinner 2013:	Knut Anders Fostervold
Sanitet:	Røde kors vil følge rittet med ambulanse
Informasjon:	Rittleder Jan Malvin Faksvåg

Følg med på klubbens hjemmeside for oppdateringer:

<http://sykling.norodd.no/> _____



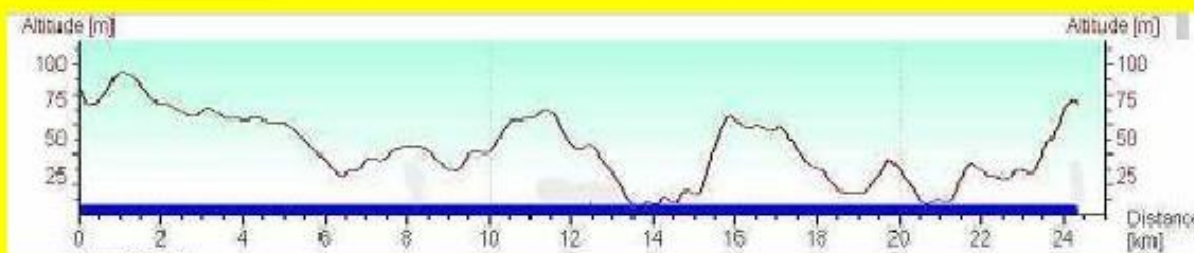
Løypekart:



Tur klasse 48 km (To runder)

Trim klasse 24km

Høydeprofil:



Løypa har 280 høydemeter pr. runde



Velkommen til Kristiansund

Vi vil ønske alle syklister velkommen til Kristiansund og Nordmøre. Her er det muligheter for unike friluftsopplevelser enten til fots eller på sykkelsetet.

Nevner blant annet:

- Grip fiskevær
- Varden
- Klippfiskmuseet
- Sundbåten
- Klippfiskkjerringa
- Mellemervertet
- Petrosenteret
- Kristiansund Havn
- Atlanterhavsbadet



Velkommen til Quality Hotel Grand Kristiansund

IL Norodd har avtale med Kristiansunds største og ærverdige hotell med 158 komfortable værelser. Quality Hotel Grand Kristiansunds beliggenhet er midt i sentrum. Flyplassen ligger kun 7 km fra hotellet.

For bestilling Tlf. 71 57 13 00





Støtt våre gode samarbeidspartnere!
De støtter oss i vårt arbeid med å fremme sykkelporten
i regionen igjennom hele året:

