

KM i Valnesfjord 25. august 2007.

Velkommen til Valnesfjord og kretsmesterskap i langdistanse!

Samlingsplass: Fridalen, ca 15 km fra Strømsnes, RV 80 (mellom Bodø og Fauske).
Merking fra Strømsnes. Parkering ved samlingsplass.

Kart: Øvre Valnesfjord, Halsvatnet, målestokk 1:10 000, ekvedistanse 5 m.
Resynfart i 2006, topp kvalitet.

Terreng: Forholdsvis åpent og lettløpt med en del større myrpartier. Enkelte områder med tettere vegetasjon.

Påmelding: Elektronisk på www.nook.no innen tirsdag 21. august.
Direkte link [her](#)

Frammøte: kl 14.00 **Første start:** kl 15.00

KLASSER	LØYPER (CA) /NIVÅ	MÅLESTOKK
1. N - åpen	1,0 km (N)	1:10 000
2. D/H 11-12, D/H 13-16 C, D/H 17 C	2,2 km (C)	1:10 000
MEDALJE-KLASSER		
3. D/H 13-14, D 17 AK, D 55, H 65, D 65, H70	3,1 km (B/A)	1:10 000
4. H 17 AK, H 55, D 15-16, D 45	4,3 km (A)	1:10 000
5. D 17-20, , H 45, H 15-16, D 35	5,5 km (A)	1:10 000
6. D 21, H 17-20, H 35	7,5 km (A)	1:10 000
7. H 21	10,9 km (A)	1:10 000

Det er kort vei fra samlingsplass til start.

Premiering: Arrangørens premier i henhold til NOOK`s reglement.; 100% premiering t.o.m 16 år. 50% premiering 17-20 år. 1/8 premiering 21 – .
Kretsens medaljer i gull, sølv og bronse i alle mesterskapsklasser t.o.m. D/H 21, Kun gullmedalje f.o.m. D/H 35.

Startkontingent: I henhold til NOF`s veiledende satser: barn / voksne kr 45,- / 80,-
Etteranmelding kr. 20,- / 40,- (gjelder f.o.m. 13 år).
Innkreves lagvis i etterkant.

Overnatting: Ordnes av den enkelte klubb / deltaker.

Vask: Fin lita elv som ligger like ved samlingsplass.

Annet: Fyr på grue ved samlingsplass, muligheter for grilling.
Salg av kaffe, brus, kaker, vafler

Velkommen til et flott KM i naturskjønne omgivelser!