



**Invitasjon til  
NORDMARKLØPET  
for 31. gang**

**Lørdag 10. april 2010**

**Start på Nordmarka Idrettssenter i Surnadal.**

**Innkomst ved Bolme i Rindal.**



**Starttidspunkt:** : Konkurransklasse : Kl 12.00  
: Trimklasse : Kl 09.30 - 11.30

**Stilart:** : Klassisk

**Påmelding / Startkontingent:** Til Johan Landsem, tlf. 481 51 948 eller e-post [johan@storaastrevare.no](mailto:johan@storaastrevare.no) innen torsdag 8. april eller ved frammøte på renndagen. Vi ber om at flest mulig løpere i konkurransklassen forhåndspåmelder seg.

**Startkontingent:** Turrenklasse Kr 150,-  
Trimklasse Kr 100,-

Løpere i turrenklassen uten lisens må løse engangslisens, kr 40,- i tillegg til startkontingenten.

**Buss:** Fra Torshall kl 09.00. Billettpris voksne kr 50,-, barn kr 10,-. For deltagere i trimklassen som ønsker å starte på 1. matstasjon blir det satt opp buss fra Nordmarka Idrettsenter. Pris kr 50,- for voksne, kr 25,- for barn. Det tas forbehold om teleløsning. Returbuss fra Torshall til Nordmarka kl 16.00.

**Rennkontor:** Nordmarka Idrettsenter

**Løype :** Konkurransklasse : 35 km.  
Trimklasse : Valgfritt, 35 km eller 26 km - start ved første matstasjon. Målgang før kl. 15.30 for å bli registrert som fullført i trimklassen.

**Garderobe / Dusj :** Ved Bolme Barnehage

**Premieutdeling :** I Torshall rett etter rennet .

**Teknisk Delegert :** Inge Brønstad

**Premiering :** Pengepremier for løpets 3 beste løpere og 1/3 premiering i turrenklassene.

Uttrekkspremie på 4 gavekort à kr 250,- blant trimmerne.

Beste herreløper : Surnadal Sparebank's vandrepokal, nyoppsatt 2004.

Beste dameløper . Orkla Gjensdige's vandrepokal, nyoppsatt 2002.

Beste 5 manns lag : Rindal Sparebank's vandrepokal, nyoppsatt 2007.

Pokal for beste herre og dameløper vinnes til odel og eie ved 28 poeng.

Pokal til beste 5 manns lag vinnes til odel og eie etter 5 ganger.

## Poengoversikt vandrepokaler:

### **HERRER - Surnadal Sparebank's vandrepokal**

Navn	Klubb	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	Sum
Lars Hol Moholdt	IK Rindals-Troll					7	7	7	21
Stein Ivar Børset	IK Rindals-Troll			5	4	2	2	4	17
Morten Svinsås	IK Rindals-Troll			2		4	4	5	15
Pål Sande	IK Rindals-Troll				5	5			10
Tor Koksvik	MOI			7					7
Runar Flønes	Orkanger IF				7				7
Nils Ivar Gjerstad	Betna			1		1	3		5
Jan Sæther	ØSIL						5		5
Johan Arnljot Hestnes	Betna			4					4
Tor Einar Sandvik	Svorkmo NOI				3				3
Arne Reiten	Betna			3					3
Johannes Reiten	Betna IL					3			3
Ingebrigt Børset Steen	IK Rindals-Troll							3	3
Oddvar Mittet	Vistdal IL				2				2
Ole Sæterbø	Surnadal IL							2	2
Jon Inge Sponås	Surnadal IL				1				1
Harald Starheim	Valldal IL						1		1
Kjetil Bolme	Trollheimen SK							1	1

### **DAMER - Gjensidige Orkla's Vandrepokal**

Navn	Klubb	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	Sum
Gunn Sande Holtan	Surnadal IL			5	3	7	4	7	26
Randi Monsås	Vistdal	5	7	7	2				21
Gunvor Landsem	IK Rindals-Troll	7					7		14
Berit Vestermo	Hovin				7				7
Grete Hofset	Dalguten IL					5			5
Synnøve Meisal	MOI						5		5
Ingrid Laukli					5				5
Ingebjørg Sande	IK Rindals-Troll				4				4
Marit Kvermo	MOI						3		3
Mette Sande	Surnadal IL						2		2
Ingvild Fulelsøy	ØSIL				1				1
Toril Bye	IK Rindals-Troll				1				1

### **Beste 5 - mannslag - Rindal Sparebank's Vandrepokal**

#### Nyoppsatt pokal 2007

2007 IK Rindals-Troll

2008 IK Rindals-Troll

Nærmere informasjon på våre hjemmesider;

[www.rindals-troll.no](http://www.rindals-troll.no)

[www.surnadal-il.no](http://www.surnadal-il.no)

Nordmarkløpets samarbeidspartnere:



## Løypeprofil Nordmarkløpet

*Nordmarka i Surnadal til Bolme i Rindal*

