

# Motbakkeløpet «Lårdal Upp»

Laurdag 15. august



Meir info og påmelding på  
[www.hoydalsmoil.no](http://www.hoydalsmoil.no)



## Premiar

- Bestetid: 3000,-
- Flotte 1, 2. og 3. premiar i alle klasser
- Ekstra premie til den som slår rekorden frå i fjor.
- Trekking av premiar i mosjonsklassa

## Start på Lårdal brygge

- Påmelding helst på [www.hoydalsmoil.no](http://www.hoydalsmoil.no) innan dagen før (men kan melde seg på før start i sekretariatet mot eit tillegg)
- Felles start for mosjon kl. 11:00 og elite/ungdomsklasser kl. 12:00

## Ymse

- Live streaming på FB og storskjerm på brygga
- Skyttelbuss ned att (og opp for tilskodarar 😊)
- Matsal på brygga heile dagen
- Premieutdeling på brygga etter løpet (ca kl 14-15)

Er det nokon som knekker 30 minutt grensa i år?

Rekorden er:



30 minutt &  
1 sekund



33 minutt &  
33 sekund

