



Ringkollen Skiklubb inviterer alle
treningsglade til å teste høstformen i:

” SpareBank 1 RINGKOLLEN RETT OPP 2020 ”

SYKKEL - LØP - RULLESKI



Du kan velge om du vil delta på en eller flere av øvelsene.
Premiering i hvert arrangement og blant de som deltar på alle tre arrangementene.
Deltakerne må medbringe egen drikke

*Arrangementet blir gjennomført i henhold til Covid-19 forskriften.
Forbehold om endringer i gjennomføring av arrangementet i tilfelle
nye retningslinjer for gjennomføring av idrettsarrangementer.*

*Nulltoleranse ved symptomer på luftveislidelser
Ledsagere oppfordres til ikke å oppholde seg i start og målområde
Alle tilstede i start og målområdet må registreres*

Onsdag 26. august 2020 - RINGKOLLTRÅKKET

Sykkel: Hønefoss – Klekken – Ringkollen.

Distanse ca. 11 km og samlet stigning ca. 560m

Fellesstart kl. 18.00 ved parkeringsplassen

Vesterntangen Med. Senter (Katolske)

Sykkeltipe MTB og landevei. Hjelm påbudt.

Onsdag 9. september 2020 - RINGKOLLKLYVER'N

Løp: Vang skole – Smeden – Gamle Ringkollvei – Ringkolltoppen

Distanse ca. 6 km og total høydestigning ca. 550 m.

Fellesstart kl. 18.00 ved Vang skole som ligger ved Haug kirke.

Onsdag 23. september 2020 - RINGKOLLRULLEN

Rulleskirenn: Vang Skole – Klekken - Ringkollen.

Distanse ca. 8,3 km.

Fellesstart kl. 18.00 ved Vang skole som ligger ved Haug kirke.

Klassisk stil. **2'er hjul.** Hjelm påbudt.

Påmelding til Tormod Lie Johansen med navn og telefonnummer

E-post: liejohansen@me.com

Påmeldingsfrist: Senest en dag før øvelsen.

Etteranmelding senest 1 t. før start.

Startkontingent: Kr. 150 pr. øvelse betales med kontanter eller Vipps.

Vipps: Arrangementer Ringkollen SK #84112-Ringkollen Skiklubb



SUNDVOLDEN

