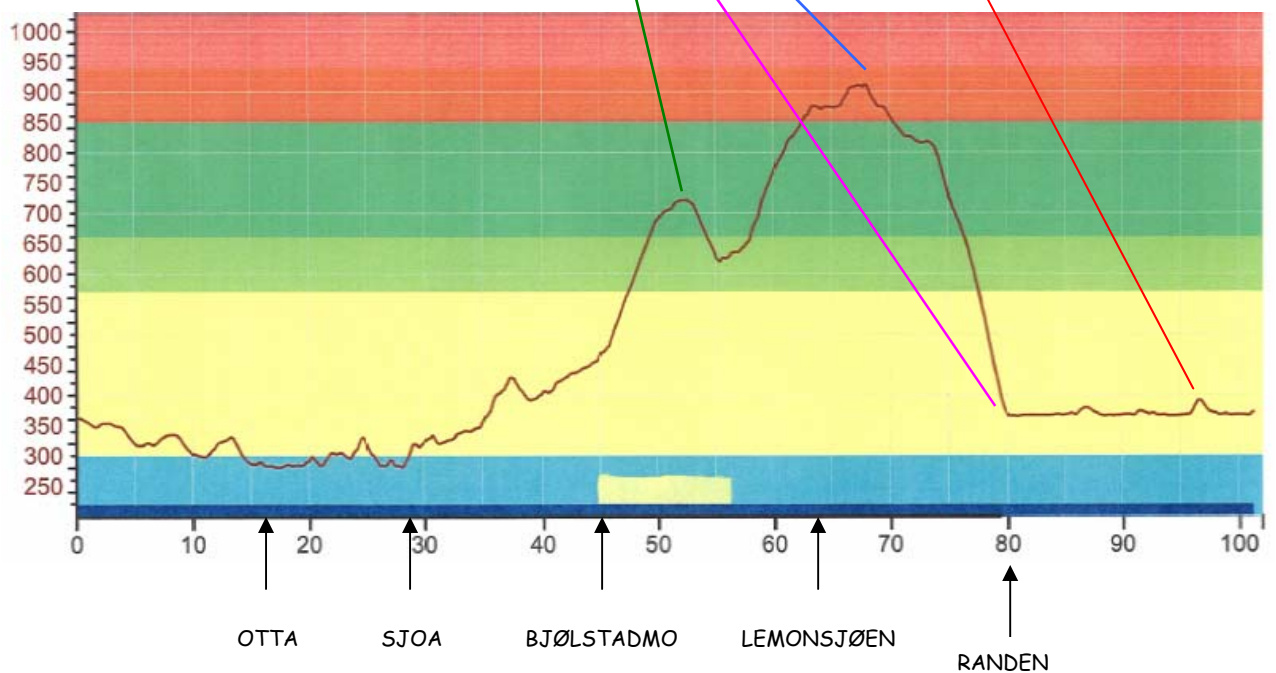
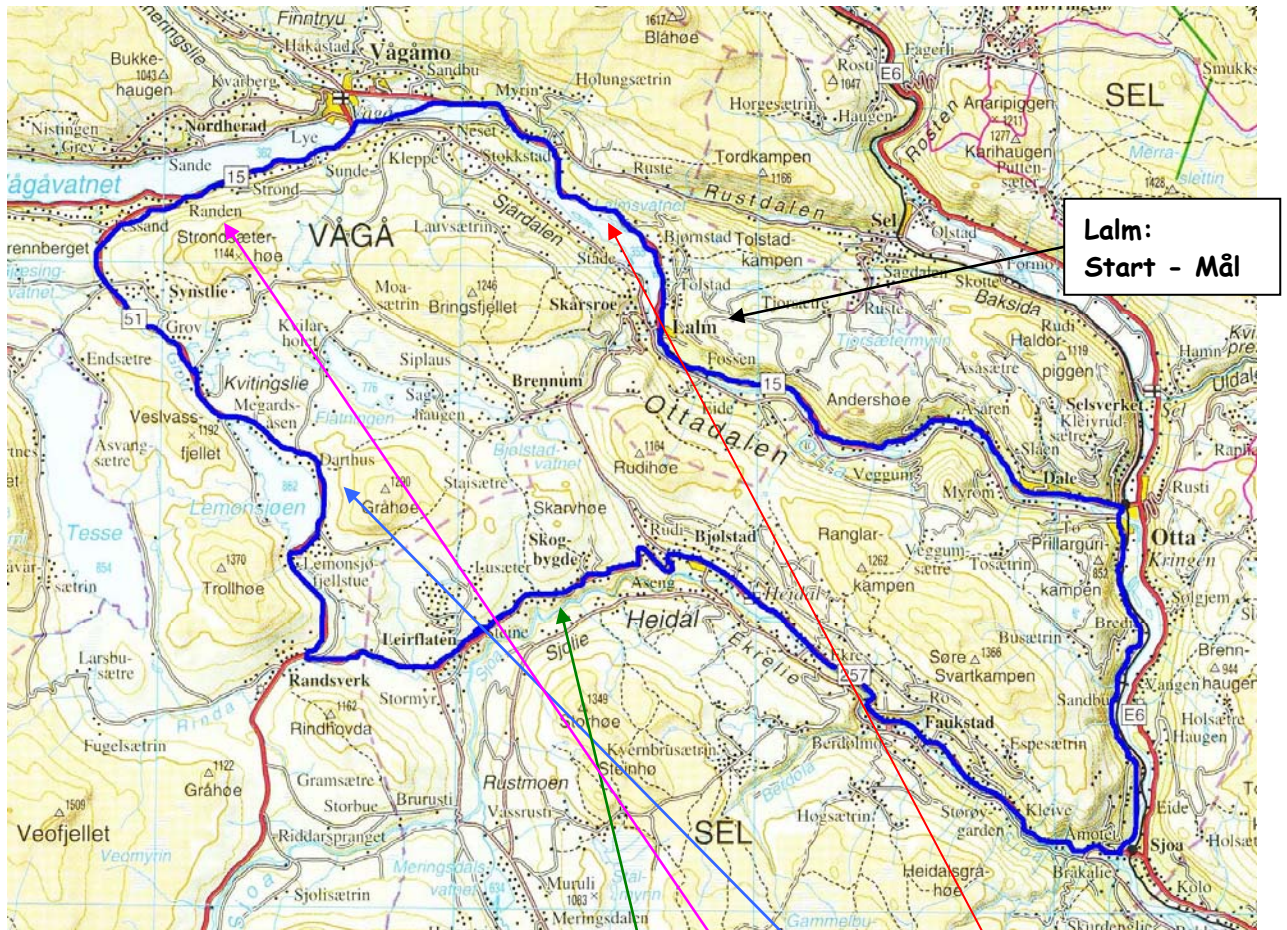


Velkommen til Lalmstrittet

21. mai 2009

Ottadalen SK arrangerer årets "Lalmstritt" - det 13. Barnesykel-, trim- og turritt (alle klasser)





Turritt 100 km (blå løype på kartet) - alle klasser + off road: **Start kl. 12.00**;
Løypa følgjer RV15 nedover Ottadalen til Otta - baksida (vestsida av Lågen) på **smal, svingete og kupert veg** til Sjoa - oppover Heidalen med gamle gardar og Sjoa elv til Bjølstadmo - frå Bjølstadmo kjem lengste stigninga opp til Skogbygda - raskt nedover til Leirflata - ei ny stigning opp til Randsverk - stigninga er ikkje slutt her det stig jamt vidare til Lemonsjøen fjellstove (fin utsikt nordover Lemonsjøen) - etter ca. 68 km passer ein høgaste punktet på vel 900 m (her ser ein Glittertind i vest) - slak utfor og flatt til Mån (1 km etter Grov på kartet) - **bratt nedkjøring** til Randen **brems ned farten**. Med unntak av bakken opp til Snerle (4-5 km før mål) er det flat løype etter RV15 dei siste 20 km frå Randen til mål. Forbi Vågå går trasen etter den nye vegen utanfor sentrum.

Påmelding Lalmsrittet kr 250
Eingongslisens kr 150

Trimritt 30 km - familie, trimmarar og klasse 13-15 år: **Start ca. kl. 12.15**; Løypa følgjer RV436 gjennom Sjørdalen til Vågå, vending ved RV15 og Rv 436 attende til Lalm.

Trimritt 12 km - familie og trimmarar: **Start ca. kl. 12.15**; Løypa følgjer RV436 til Sjørdalen samfunnshus - vending og same vegen attende til Lalm.

Barnesykkelrytt i Lalm sentrum.

Barnesykkelryttet har vorte ein populær og viktig del av arrangementet. Sykkelklubben ønskjer spesielt barn og unge velkommen til årets ritt.

Frammøte og påmelding på Lalm samfunnshus seinast 1 time før start!

**Trafikkreglane må følgjast. Og spurt er ikkje tillatt.
Kjør aktsamt og vi unngår ulykker i år også !**

Premieutdeling blir etter kvart som ritta er ferdige.

NB! Du må være tilstades på premieutdelinga. Premier blir IKKJE ettersendt.

Uttrekkspremie blir trekt på startnumra!

Diplom til alle startande.

Vel møtt til ein fin sykkeldag !

Ottadalen Sykkelklubb

Ottadalen Sykkelklubb
Leiar: Per-Ivar Weydahl
per-ivar.weydahl@vaga.kommune.no



Eidefoss støttar
Lalmsrittet

