**BANKCUP I ORIENTERING 2025**

**VEGÅRSHEI IL**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Dato** | **Sted** | **Løypelegger** | **Hjelpere til nybegynnere** |
| 29. april | Fjellheim | Arnhild. U Bråten | Geir Bråten og Emma S.N |
| 7. mai | Nærløp, Liaveien | Bjørnar Valle Nygårdseter | Arnhild Båten og Eystein Bonnevie Svendsen |
| 13. mai | Rås | Jacob Hagelia | Arild Flaten og Ole Petter Vestøl |
| 20. mai | Råsmyrveien | Synnøve Palmqvist | Arnhild Bråten og Gerd Karin Vestøl |
| 27. mai | Korsdalstjenna | Håvard Nilsen | John Lia og Knut Sunde |
| 3. juni | Fellestur til Orrestaua | Tur-o-poster underveis |  |
| 10. juni | Kvifte, kanoorientering | Arild Flaten |  |
| 17. juni | Bjordammen | Gina Hagelia | Jacob Hagelia og Andreas Sommerfeldt |
|  |  |  |  |
| 12. aug. | Taxerås, Grensejoggen | Emma S. Nygårdseter |  |
| 19. aug. | Liaveien | Jon Nilsen | Håvard Nilsen og Helge Sines |
| 26. aug. | Lia | Ole Petter Vestøl | Gerd Karin og Siri Hagelia |
| 2. sept. | Ljøstadsaga barnehage | Sten Åge Nygårdseter | Arnhild og Geir |
| 10. sept. | Nærløp, Lyngmyr | Siri Hagelia | Emma og Sten Åge |

Fri start mellom kl. 17.30 og 18.30. Startkontingent er kr 30,- pr. deltaker, og max kr 60,- pr. familie. Betales på Vippsnummer 103503.

Løpere til og med 16 år som er med på minst seks bankcupløp får premie ved sesongslutt.

Helga før hvert løp blir det lagt ut påminnelse og mer informasjon om løpet på facebooksida «Orienteringsgruppa i Vegårshei IL». Følg med der, da det kan bli endringer.

På løpa tilbyr vi Småtrolløype (merket løype for de minste), nybegynnerløype, C-løype (litt vanskeligere enn nybegynnerløypa), og A-løype (vanskelig).

Det blir tilbudt hjelp til dem som ønsker det fra kl. 17.30-18.00. Enten gode råd før og etter løpet, eller følge gjennom løypa. Hjelpere har gul vest, og navna står på lista øverst.

Etter løpet sender løypelegger resultat-/deltakerliste til [web@heia-heia.no](mailto:web@heia-heia.no) og

[o-gruppa@heia-heia.no](mailto:o-gruppa@heia-heia.no) slik at lista kan legges ut på idrettslagets hjemmeside Heia-heia, samt på o-gruppas side på Facebook.

Håper mange har lyst til å prøve seg på bankcup. Om du vil springe eller gå bestemmer du selv. Dette er også en fin aktivitet for turorienterere.

**Velkommen!**