

**Kondis**

Innbydelse Malmvegen minneløp – fredag 25. juli 2025

MALMVEGEN MINNELØP er et mosjonsløp som første gang ble arrangert i 1983. Navnet har løpet fått fordi mesteparten av løypa går langs deler av den 230 år gamle malmvegen mellom Folldal og Alvdal. Løypa er 11,6 km lang og starter i Grimsbu med innkomst ved Folldal skole- og flerbrukshus.

Løpet starter 670 moh og ender 740 moh, med høyeste punkt 840 moh. Det er to drikkestasjoner underveis. Vi tilbyr også Malmvegen Mini for de som vil ta en kortere løype (start v/ Beitrusten, 4,0 km) Se egen info nederst! **NB! Nytt i år er at registrering og henting av startnummer for alle klasser gjøres på Flerbrukshuset fra kl 15:30 løpsdagen.**

Online påmelding:	Online på eqtiming.no innen 24. juli, kl. 23.59
Direkte påmelding, registrering og henting av startnummer	Også mulig med påmelding før start i Folldal Flerbrukshus løpsdagen mellom klokka 15:30-17:00. For konkurranseklasser er det et tillegg på kr 50,- for direktepåmelding. NB! Registrering og henting av startnummer gjøres kun på Flerbrukshuset fra kl 15:30 løpsdagen, ikke i Grimsbu.
Oppmøte og start:	Start ved forsamlingshuset GRIMSHALLEN i Grimsbu. Konkurranseklassene har fellesstart klokka 18.00. Trimklassa har fri start mellom 17.00-18.00
Startkontingent:	Alle betaler startkontingent med vipps/kort ved påmelding/henting av startnummer. Ingen etterfakturerings av startkontingenter. Konkurranseløpere: Online påmelding innen 24. juli kl. 23.59, kr. 300,- Påmelding løpsdagen v/Flerbrukshuset kr 350,- (+ evt engangslisens kr 40,-) Trimere kr. 150,- (+ evt. engangslisens kr 30,-) Alle Kondis-medlemmer får kr 40,- i rabatt.
Konkurranseklasser:	Kvinner / Menn K 12-16 / M 12-16 K 17-29 / M 17-29 K 30-39 / M 30-39 K 40-49 / M 40-49 K 50-59 / M 50-59 K 60-69 / M 60-69 K 70 år og eldre / M 70 år og eldre
Trimklasse uten tidtaking:	Trimklassene deles i langløype 11,5 km og kortløype 4 km.
Premiering:	En tredjedel premieres i konkurranseklassene. Vandrepokal er satt opp til beste kvinnelige og mannlige løper. Pokalen må vinnes 3 ganger før den vinnes til odel og eie.



Kondis

	I trimklassen deles det ut premier etter loddtrekning. Deltakerpremie til barn/ungdom tom. 16 år. Premieutdeling foregår ved Flerbrukshuset ca. kl. 14.30. Merker og uttrekkspremier deles ut fortløpende (henv. v/Flerbrukshuset). Premier ettersendes ikke.	
Merkeutdeling:	1. gang – Bronsemerke	25. gang – Gullplakett
	5. gang – Sølvmerke	30. gang – Tinnfat
	10. gang – Gullmerke	35. gang – Tinnfat
	15. gang – Bronseplakett	40. gang – Tinnkrus
	20. gang – Sølvplakett	
Servering:	Drikkestasjoner v/Ligard og Beitrusten. Drikke og frukt ved målgang (Folldal Flerbrukshus)	

Malmvegen mini (kortløype)

Klasser:	Åpen trimklasse alle aldre (4,0 km)
Online påmelding:	Online på eqtiming.no innen 24. juli kl. 23.59
Direkte påmelding:	Også mulig med påmelding før start i Folldal Flerbrukshus løpsdagen mellom klokka 15:30-17:00. NB! Registrering og henting av alle startnummer gjøres kun på Flerbrukshuset fra kl 15:30 løpsdagen, ikke ved Beitrusten.
Oppmøte og start:	Start v/ Beitrusten (Liavegen). Trimklasse mini start mellom kl 17:30- 18.00
Startkontingent:	Alle betaler startkontingent med vipps ved påmelding/ henting av startnummer. Ingen etterfakturerings av startkontingenter. Startkontingent kr. 150,- (+ evt. engangslisens kr 30,-. 13 år og eldre)
Premiering:	I trimklassen deles det ut premier etter loddtrekning. Deltakerpremie til barn/ungdom tom. 16 år.
Kontaktperson:	Løpsleder: Bjørnar Brendryen, tlf 95038642. Arrangør: Folldal IF – https://www.folldal-if.no