



# KVASSHOVDEN OPP 19.juli 2014

## Pressemelding

Laurdag 19. juli 2014 arrangerar Ulvik Idrottslag motbakkeløpet KVASSHOVDEN OPP for 7. gong. I år er løpet eitt av 6 løp i Norgescupen/Necon motbakkecup 2014 og av Ultraharding 2014.

Kvart år har det i gjennomsnitt vore nesten 500 deltakarar – over 300 i mosjonsklassane . Dette er eit stort folkehelseiltak for å få folk ut i naturen.

Motbakkeløpet Kvasshovden opp er 7,5 km langt og stig frå 10 til 1030 m.o.h.

Løpet har vanlege konkurranseklassar, der det er påbode med 2,5 kg ryggsekk.

Konkurranseklassane startar 11.30 på Brakanes. Påmeldingsfrist er onsdag 16.juli innan kl 24.00. I tillegg til vanleg premiering er det pengepremiar til dei tre beste i både menn og kvinner. 1. pr. er 5000 kr frå BKK til beste mann og kvinne, 2. plass kr 3000, 3. plass kr 2000.

Dei beste motbakkespesialistane i Noreg stiller til start. Med rekordhaldar Øyvind Heiberg Sundby, Tjalve (nr 4 i NM) og Torgeir Tengsareid, Egersund (nr 2 i NM) i spissen i tillegg til OL deltakarar i langenn som Sjur Røthe og Kristen Skjeldal frå Voss. Av kvinnene er May Brit Buer, Gular (nr 2 i NM) det sterkaste kortet .

I mosjonsklassen er det inga nedre aldersgrense og inga tidtaking. Mosjonsklassen kan starta frå kl 0730 og registrerar seg på kongressen på Brakanes hotel innan kl 11.00 Ein får høve til å vere publikum når konkurranseklassane kjem opp mot mål, der *Dag Lindebjerg* er speaker.

***Nytt av året er at du kan få med deg 10 Olav H. Hauge dikt på veg mot toppen. I samarbeid med Haugesenteret er det laga skiltplater med 10 utvalde Haugedikt plassert på ulike stader i løypa som skal gje deg inspirasjon for å nå toppen!***

Det vert live-sending frå toppen til storskjerm i kongressen Brakanes Hotel.

Premieutdeling vert i Kongressen på Brakanes Hotel kl 16.30. I tillegg til vanleg premiering har me mange premiar trekt på startnummer ! Hovudpremie er ein sykkel.

**For påmelding og meir informasjon sjå: [www.kvasshovdenopp.no](http://www.kvasshovdenopp.no)**

**Kom til topps i Ulvik laurdag 19. juli 2014!**