

1. Regel 1, som er hovedregelen - **Du skal ha det moro. :) Dette er et veldedighetsløp, hvor vi sammen skal bevege oss for nytt klubbhus.**
2. Husk å melde deg på distansen du ønsker å gå eller løpe, og vis din støtte ved å vippse kontingenten til **191609** (Høybråtenløpet)
3. Løpet gjennomføres 24.september og må gjennomføres innenfor den tiden som er satt for løpet.
4. Frivillig **tidtaking** foregår utelukkende på appen **Strava**, vi har laget segmentet/segmentene i Strava. Husk å starte klokka! :D
5. Det vil bli premiering til topp 3 kvinner og topp 3 menn etter alle løpene er gjennomført. For å delta her må distansen legges ut **offentlig på Strava** så du kan være med i konkurransen om premier.
6. Spre budskapet!
Inviter venner, kollegaer og andre du kjenner til å bevege seg sammen for et nytt klubbhus. Kanskje du kan utfordre naboen til en intern duell?
7. Støtt det frivillige arbeidet, f.eks ved å handle i kiosken, ta med en venn, eller vippse til **191609** Alt bidrar til veien mot et bedre klubbhus for nærmiljøet :)
8. All aktivitet under arrangementet skjer på eget ansvar. Vis hensyn til hverandre.