



**I 2023 arrangerer vi Tørst-cup på Vår Energi Arena Sola!  
Det blir en miks av både sprint og utholdenhet. Det kjøres både A- og B-klasse  
og det kåres sammenlagtvinner i begge klassene.**

Dette er et treningsritt, så du trenger verken A2-akkreditering eller lisens.  
Du må ha A1-akkreditering og Folkekort, dagspass eller klippekort.

Første løp er onsdag 11. januar, og da kjøres det sprint-omnium:

**17.00-18.00:** oppvarming  
**18.00-18.25:** flying lap  
**18.40-19.15:** standing lap  
**19.30-20.15:** flying 1000m  
**20.40-20.45:** 10 runder scratch

Andre løp i cupen:

**08. februar:** Mini-omnium  
**15. mars:** Kombinasjons-omnium

Det gis poeng til sammenlagtvinner på hvert løp. Enkeltøvelser gir ikke poeng i sammendraget.  
Poeng gis etter følgende system:

Plass	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Poeng	20	17	15	13	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

