



PM

Nærløp AAOK/VAOK nr. 7 – mellom
onsdag 11. mai 2016
Småmyrene på Gryting

Kart	Kartutsnitt fra Skorstøl-Gryting, utgitt 2011, noe revidert siden. Målestokk 1 : 7 500 i alle løyper. Ekvidistanse 5 m.		
Start	<u>Ingen</u> går til start uten å være forhåndspåmeldt via Eventor (kun brikkesjekk på starten) eller registrert i sekretariatet. Starttid kl. 1700 – 1830. Starten er på arena. 30 meter til startpost.		
Løyper	Løype 1	2,2 km N-nivå	D1/H1/N1
	Løype 2	2,3 km C-nivå	D2/H2
	Løype 3	3,2 km B-nivå	D3/H3
	Løype 4	3,8 km A-nivå	D4/D5/H4
	Løype 5	4,4 km A-nivå	D6/H5/H6
Småtroll	Løypa er ca 900 m lang. Henvend deg i kiosken for påmelding og kart. Kr 20, følg hvite merkebånd.		
Premiering	Premie til alle løpere t.o.m. 12 år. Henvend deg i kiosken i for å få premie.		
Startkontingent	Kr. 30,- for løpere t.o.m. 16 år Kr. 60,- for løpere f.o.m. 17 år		
Tidtaking	Det benyttes EKT. Brikke kan leies for kr 20. Nybegynnere gratis.		
Resultater	Løperne leser av løpsbrikken ved mål og får tiden registrert hos arrangøren. Resultater publiseres på Eventor straks de er klare.		
Vask	Våtklut		
Salg	Kiosk med kaker og brus		
Løpsleder	Tallak Olav Gryting (mob. 9753 3944)		

www.gjerstad-idrettslag.no