



PM

KM langdistanse søndag 21 august 2016

Kart:

Kartet er tegnet til NM i fjor og delvis revidert og anses som godt.

Målestokk: 1:10 000 i KM klasser og 1:7500 i N og C

Ekv 5 m.

Terreng:

Løypene går i variert terreng med skiftende kupering. Varierer fra gammel furuskog med lett løpbarhet til grønnere skråli med vanskelig orientering.

Postbeskrivelser:

Det er løse postbeskrivelser ved start.

Start:

Det merkes til start nord på arena, rød og hvite merkeband. Beregn 10 minutter.

Første start kl. 12.00,
N-åpen kan starte fra kl. 11.00.

Siste post:

Det gjøres oppmerksom på at det bare er en bukk på siste post for å få til forvarsel. Ta hensyn til hverandre og spesielt de minste selv om det er KM.

Klasser og løyper:

Lengde (km)	Nivå	KM-klasser	Øvrige klasser
12,0	A	H21	
9,8	A	H19-20, H35	
8,0	A	D21, H17-18	
6,6	A	H15-16, D17-18, D19-20, H45, D35	
4,6	A	D15-16, H55, H65, D45, D55	Direkte A4
3,3	A	H75, D65, D75	
3,1	B	H13-14, D13-14	H15-20B, D15-20B, Direkte B3
2,8	C		H11-12, D11-12, H-10, D-10, Direkte C2
1,9	N		N-åpen

Alle t.o.m. 12 år samt C2 får kartet utdelt i lagsposen. De som ønsker å følge N-løperen rundt løypa, kan få eget kart ved å henvende seg til løpskontoret.

Småttroll:

På arena.

Premiering:

KM-medaljer i KM-klasser i henhold til reglement. Ellers premiering i henhold til reglement for NTOK.

Løpsleder:

Arne Grevskott, mobil: 91184450, epost: arne.grevskott@gmail.com

Løypeleggere:

Guro Torpe og Håvard Vassenden

Kontrollør:

Arve Lægran, Steinkjer OK