



PM Sport8 Ås by Night & Fog Cup #3 tirsdag 10. januar 2017

- Arena:** Grønmo/Svartskog barnehage (150 m øst for Oppegård kirke), merket fra kryss Fv 130 (Gamle Mossevei) og Fv 126 ved Gjersjøen. Se markering av arena på kart i Eventor. **NB: Vi har fått tillatelse av Svartskog barnehage til å benytte deres område, så vær påpasselig med å få med alt rusk og rask etter løpet.**
- Parkering:** Parkeringsplasser ved Oppegård kirke. Noen få parkeringsplasser også på arena og langs vei like ved arena. Parker så tett som mulig.
- Tid og start:** Start på arena. 250 meter merket løype til startpost. Fri start mellom 18:00 og 19:00 (min. 2 minutter mellom løpere i samme løype bør tilstrebes). **NB: Alle må notere navn og starttid på liste før start slik at vi vet hvem som er i skogen!**
- Klasser/Løyper:** Tabellen viser hvilke løyper som er tilgjengelige:
- | Løype/Nivå | Klasser | Lengde |
|------------|-------------------|--------|
| 1: A-Lang | H 17- | 8,22 |
| 2: A-Kort | D 17-, H 17- AK | 4,97 |
| 3: B | H/D 13-16, B-Åpen | 3,42 |
- 250 m merket løype til startpost er inkludert i løypelengdene over.
- Terreng:** Liten til moderat kupering og stort sett god løpbarhet, men til dels krevende områder med tettere vegetasjon og uoversiktlig granskog. Løpere i A-løypene (spesielt A-lang) vil sannsynligvis komme i kontakt med noen nye hogstfelt. Løpbarheten i disse hogstfeltene er forholdsvis god. Stier, der disse går gjennom nye hogstfelt, er ryddet for kvist. Det kan forekomme noen tråkk enkelte steder – disse er ikke merket på løpskart. Det har også kommet et nytt gjerde (1,5 m høyt – netting eller 6-8 ståltråder) i terrenget. Dette går langs en sti som er aktuell trase i A-løypene. Gjerdet går på riktig side av stien, så det skal ikke være til noe hinder. Ikke merket på løpskart. Siste del av alle løyper går inn i et område som er gjerdet inn. Gjerdet er 1,5 meter høyt (6-8 tråders gjerde). Det anbefales å krysse dette gjerdet der det er åpne porter. Disse er merket som valgfri passasje på løpskart. Ellers er det tillat å løpe på dyrka mark der det er/kan være aktuelt.
- Kart:** Svartskog 1:10000, utgitt 2013 av Kolbotn IL. For veteranløpere i A-kort og B-løype tilbys print i målestokk 1:7500. Må bestilles ved påmelding.
- Løypestrykk:** Løyper printet på offsettrykte kart. Noen nye hogstfelt er lagt inn med stipling rundt og H'er inni.
- Postbeskrivelser:** Løse postbeskrivelser på start (og på løpskart som vanlig).
- Garderober:** I friluft
- Toaletter:** I friluft, fritt frem alle steder utenfor barnehageområdet.
- Postmarkering:** Reflekspostflagg eller bare refleks. Stativbaserte eller løse EKT-enheter.

- Påmelding:** På Eventor innen mandag 9. januar kl 16:00.
- Etteranmelding:** På Eventor innen mandag 9. januar kl 23:59 (eller senere på SMS til løpsleder så lenge det er ledige kart, men obs! det vil ikke være mange).
- Startkontingent:** Det er en startkontingent på kr 70 for H/D 17- som ikke betaler treningsavgift til Ås-NMBU Orientering. Faktura sendes til klubb etter endt cup. "Bedrifts-/privatløpere" betaler på løpsdagen. Gratis for H/D -16.
- Tidtaking:** EKT (så husk brikke ... fortrinnsvis den du meldte deg på med)
- Resultater:** I Eventor etter løpet. Løyper blir lagt inn i Livelox.
- Løypelegger:** Håkon Danevad
- Løpsleder:** Håkon Danevad, 90168247, hakon.danevad@norkart.no

Bilder fra terrenget lørdag/søndag:

Svært fine forhold i terrenget. Det er tye i bakken, og det har kommet et lite, men ubetydelig snødryss.





SPORT 8.NO