



PM – Vårønnløpet 2017

OL Toten-Troll ønsker dere velkommen til årets Vårønnløp.

FRAMMØTE: Merket fra rundkjøring på riksvei 33 nord for Lena sentrum.

PARKERING: På samlingsplass

ARENA: Grønlandssletta idrettsplass, arena på gressbanen.

KLASSER OG LØYPELENGDER:

Km	Nivå	Klasse
8,5	A	H21
6,7	A	D21, H40, H17-20
5,6	A	D40, H50, D17-20, H21AK
4,4	A	D50, H60, H15-16, D21AK, H40AK
3,3	A	D60, H70, D15-16, D40AK
2,5	A	D70, D80, H80
3,0	B	D13-14, H13-14, D15-16B, H15-16B, D17 B, H17B
2,8	C	D17C, H17C
2,0	C	D10, D11-12, H10, H11-12
2,3	N	D13-16N, H13-16N
1,7	N	N-åpen

Forbehold om å slå sammen klasser.

START: Første start kl. 14.00. Ca. 500 m å gå til start. N-åpen har fri start fra kl. 13.00.

Løse postbeskrivelser og backuplapper finnes på start.

Opprop 3 min før tidsstart. Kartet utleveres i startøyeblikket (gjelder ikke for de som har fått kartet i lagposen). Løperen er ansvarlig for å ta riktig kart og postbeskrivelse.

KART: Karidal sør, målestokk 1:10 000, ekv. 5 m

TERRENG: Terrenget er småkupert og oppstykket av stier. Noen partier er åpne og lettløpte mens andre har undervegetasjon og veltede trær. Hogstflater av varierende alder og løpbarhet samt partier med tett skog. De fleste løypene byr på stor variasjon i løpbarhet og o-tekniske utfordringer. Det er ganske vått i terrenget og flere groper er fylt med vann. Det er også litt snø og is.

PREMIERING: Iht. NOFs konkurranseregler. Premieutdeling foregår etter hvert som de enkelte klassene er klare. Speaker gir nærmere beskjed. Løpere i N-åpen, D11-12N og H11-12N kan henvende seg ved premiebordet etter passert målgang.

SMÅTROLL : Start ved arena mellom kl 13.00 og 15.00. Avgift kr. 20,-

TOALETTER: Toaletter i sportshytta. Det er ikke toalett ved start. Ingen o-sko innendørs!

VASK : Våtklut

LØPSLEDER: Trond Flaskerud og Sjur Gjestvang

LØYPELEGGER: Erlend Slokvik, Jakob Mo, Håvard Gjestvang, Sigurd Kvamme, Oscar Andersen, Kasper Hoel.

KONTROLLØR: Vanja Staff