

PM løpstest 5. juni Budor

Velkommen til løpstest!

Løypa har fått et par endringer som det er lurt å få med seg, se kartet over ny løype i Eventor. Endringene gjør løypa raskere og gir bedre underlag.

Vi anbefaler alle å løpe gjennom løypa før start for å gjøre seg kjent. Vis hensyn til hytteeiere, bilister og konkurrerende når du varmer opp.

Når en løper på vei mot arena i løpet løper en på en vei som har trafikk, det er derfor påbudt å holde seg på høyre side av veien og i svinger med markeringer holde seg på høyre side av dette. Dette har vi gjort for å ha en trygg løpstest med like forhold for alle.

Løypa er 4,2 km for gutta og 3,8 km for jentene. Startintervall er 15 sekunder. Start for gutta blir klokka 11, mens første jente er 11:45. Startet flyttes fra guttas start til jentenes start etter at siste gutta har startet.

Underlag under testen er ca 200 meter asfalt, 200 meter gress og resten er på grusvei. Noe av grusveien har grovt grusdekke.