



PM POKALKAMP 4/2017

Tirsdag, 6. juni 2017

START / MÅL

Alle løyper har samme start, ca. 15 minutter å gå fra samlingsplassen. En del stigning.

Løse postbeskrivelser for A- og B-løpene ved start, men postbeskrivelsene finnes også på kartet. Kart til A-løypene tas i startøyeblikket. Kart til B-løypen tas 1 minutt før start. Kart i N- og C-løypene utleveres på arena.

Det er også samme mål for alle løyper, men N-løypen har en annen inngang til mål.

KART / LØYPER

OBS: det er forskjellige målestokk i B- og A-kort løypene, avhengig av klassen. Se tabellen nedenfor.

OBS 2: Det er mange poster, særlig mot slutten av løypene. Alltid sjekk kontrollkodene!

Fint Askøyterreng venter på løperne. Varierende løpbarhet – men stort sett overraskende god til å være Askøyterreng. Her kan vi tilby det meste: åpen furuskog, områder med granskog og noen få steder med brake.

Rikelig med fine stier og skogsveier, særlig i de kortere løypene. I tillegg fins det veldig mange hjortetråkk. Disse er mange steder nesten å regne som stier.

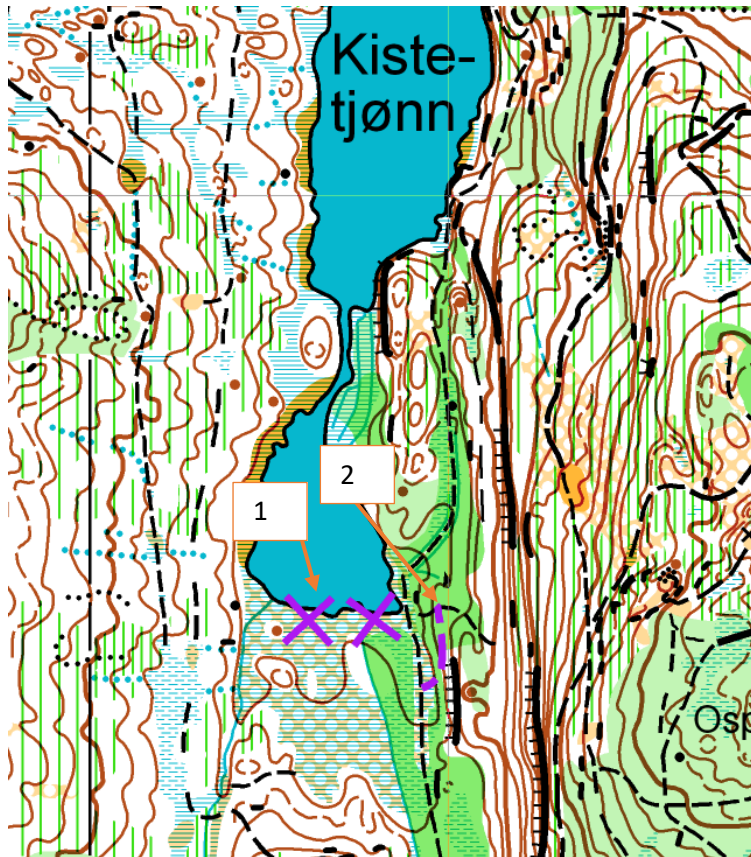
Korrigerte løypelengder / målestokk:

Løype	Lengde	Klasse	Målestokk
Nybegynner	1,3 km	D/H-10N, D11-12N, H11-12N, D13-16N, H13-16N, Åpen N	1 : 7 500
C-løype	1,8 km	D-10, H-10, D11-13, H11-13, Åpen C	1 : 7 500
B-løype	2,3 km	H12-14, D-12-16	1 : 10 000
		D50-, D65-, Åpen B	1 : 7 500
A-kort løype	3,0 km	H15-16, D17-	1 : 10 000
		H50-, H65-, Åpen AK	1 : 7 500
A-lang løype	4,2 km	H17-, D19-	1 : 10 000

OBS!

Det er kommet en god del regn og dermed vann de siste dagene og vi har derfor følgende anbefalinger:

1. Det anbefales ikke å løpe langs vannkanten på sørsiden av Kistetjønn.
2. Dessuten er det i samme området merket en rute som unngår det våteste partiet på sørøstsiden av Kistetjønn.



Det er best å holde litt avstand til den upasserbare myren.

