

PM

Downhillsprint

Arena	Flyttet til parken i krysset Øvre Bøkeligate/Sverres gate i Larvik sentrum. Dette er like ved Bøkeskogen.
Parkering	Anbefales i Bøkeskogen med gratis parkering. Evt. ved Larvik bibliotek. Det finnes også flere p-hus i sentrum, samt p-plasser i gatene ved arena.
Påmelding	I Eventor innen fredag kveld kl. 23:59. http://eventor.orientering.no/Events/Show/9012 Vi tar også i mot påmelding på arena før start. Gi beskjed om brikkeendringer før start.
Løyper/terreng	Vi har laget 3 løyper som går downhill, og ender nede på Storgata ved Indre Havn. Enkelte korte motbakker kan forekomme i løypene som er 0,7-0,8 km i luftlinje. Vi kan love at dere får litt å jobbe med for å ligge på forskudd. Larvik sentrum er en eneste lang bakke, og har mange artige høydeforskjeller som kan gi tøffe sprintveivalgstrekk. I tillegg finnes det ganske mange artige bakgårder vi utnytter.
Kunstige sperringer	Siden dette er en sprinttrening, har vi laget ulike kunstige sperringer på de ulike løypene. Dette er merket med tykk <u>rød strek på tvers av gata og rødskravering bak</u> . Det vil ikke være noen fysisk markering i gatene. Dette gjøres for å gi mer spennende veivalg, og utfordre dere mer. Vennligst respekter disse sperringene!
Kart	Larvik sentrum 1:4000 og 2,5m ekv. Digitaltrykket hos Konkylie Data på plastark (A4).
Start	Fri start fra 15:00. Vi fordeler løperne på løype A-B-C ved å starte 3 pers. hvert 30. sekund. Nulling i startøyeblikket. Du starter på neste sløyfe når du er klar. Men merk at solen går ned 16:20, så unngå for lange pauser mellom løypene.
Mål	Hver løype har siste post som mål. Deretter tar du deg opp til start igjen. Om ikke du har privatsjåfør som kan kjøre deg til start igjen...
Tidtaking	Vi benytter ordinære Emit-brikker med brikketid. Avlesning når du kommer opp til start igjen. Du leverer oss kartet før avlesning. Slik at vi ser hvilken løype du har løpt og kan lese deg av på rett pc med tilhørende avleser. Kartutdeling etterpå!
OBS!	Det vil være trafikk i Larvik sentrum under treningen, så vær aktsom i trafikken. Spesielt rundt gatehjørner.