



Norsk Orientering og Nordmarka skiorienteringsklubb inviterer til:

PM for Sjusjøenløpene 2017

Lørdag 16. (WRE) og søndag 17. (WRE) desember 2016

Løpene inngår i Sport 8 cupen (Løp nr 1 og 2)

Løyper og klasser:

Klasser	Løype lørdag	Løype søndag	Løyper nr
H/D -10 D 11-12, H 11-12	2.0 km	2.8 km	6
D 13-14, D 15-16, H 13-14	2.1 km	3.6 km	5
D 40, D 50, D 60 H 60, D17K	2.2 km	3.9 km	4
H 15-16, H 40, H 50 H17K	2.7 km	6.2 km	3
D 17-20 D21	3.3 km	7.2 km	2
H 17-20 H21	3.6 km	8.2 km	1

Terreng:

Mest åpent fjellterreng med myrer og varierende gran og bjørkeskog. Moderat kupering med noen brattere partier. Det er noen få kvister og mindre steiner samt noen få nesten åpne bekker i scootersporene.

Kart og løyper:

Kart er av eldre dato og mangler noe informasjon. Det er mest scooterspor og en del maskinkjørte løype gjennom området. Fordelingen er 30% brede spor og 70% smale spor. Ta hensyn til turgåere og folk som trener på ski.

Start/mål:

Samlingsplass og mål vil begge dager være den på Sjusjøen langrennsarena. Vi anbefaler å bruke parkeringsplassen ved langrennsarenaen begge dager (Det kan det være mange biler). Husk å betale P-avgift. Start lørdag: Følg merking gjennom campingplassen (5-10 minutter). Start søndag: Fra arena Første start kl 1300 for alle. Start fra kl.10:00 søndag.

**Kvitteringssystem:**

Emit touchfree. Leiebrikkene hentes på rennkontoet. Målgang skjer ved å kvittere på posten på målstreken. Deretter følges merking videre til avlesning av emitag. For de som ikke har egen EmiTag så er leieprisen kr 50,- uavhengig av om en går ett eller to løp. Eventuell tapt EmiTag faktureres løperens klubb kr 600,-

Kartstativ:

Et begrenset antall kartstativ er tilgjengelig for utleie kr 50,- uavhengig av om en går ett eller to løp. Eventuell tapt kartstativ faktureres løperens klubb kr 500,-

Løpsleder: Jon H. Ulvensøen tlf: 91391974 e-post: jon@ulvensoen.no

Løypelegger: og Jon H. Ulvensøen

TD/Event advisor: Yngve Mobråthen