



PM

- Samlingsplass:** Flosta Skole, parkering ved samlingsplass. Muligheter for å skifte innendørs.
- Start og mål:** 800m å gå til start, merkebånd. 300m å gå fra mål til samlingsplass, husk å registrere brikken i sekretariatet ved samlingsplass etter målgang
- Det er merket fra siste post til mål, dette er ikke markert på kartet.**
- Terreng:** optimale forhold i skogen, men **meget glatt enkelte steder** og o-sko med pigg er sterkt anbefalt. Vi ønsker ikke at noen havner i knoppetangen selv om løpets navn muligens antyder dette. (temp i vannet: 6.2)
- Deler av løypene kommer i kontakt med treningsanlegget til Flosta Trailklubb, her er det mange merkebånd og stier som ikke er markert på kartet.
- Løypelengder:** Lang: 2,8 km, 16 poster (A-nivå)
Kort: 1,9 km, 9 poster (A-B nivå)
Nybegynner: 1 km (N-nivå Råtass-løype) egen start ved skolen
- Startkontigent:** 50 kr, 30kr for de under 17 år.

Velkommen til årets siste løp i Flosta!