

PM NORDMARKSKARUSELLEN 1. LØP 24.5.18

ARENA OG ADKOMST

Arena på Kollbanen. Merket fra Sognsvann T-banestasjon. Parkering på parkeringsplassene ved Sognsvann.

<https://www.google.no/maps/place/Kollbanen/@59.9605081,10.734817,15z/data=!4m5!3m4!1s0x0:0x8cde6f27c93200d3!8m2!3d59.9654177!4d10.74056>

KART

Sognsvann. Målestokk 1:7500, ekvidistanse 5 m. Løyper trykket på kartet. Vi oppfordrer til å ta med plastpose!

PÅMELDING/BRIKKELEIE

Påmelding på stedet. Det er mulighet til å leie brikker (begrenset omfang) til kr 30,- pr brikke.

Startkontingenten er 30 kroner for klasser til og med H/D-16, 100 kroner for øvrige klasser.

KLASSER OG LØYPER

Se Nordmarkskarusellens hjemmeside for klasseinndeling www.nordmarkskarusellen.com

2,0 km nybegynner

2,0 km A-løype (lett A)

3,5 km B-løype

3,0 km A-løype

4,0 km A-løype (mellomlang)

5,0 km A-løype (lang)

Klasser både for "aktive" og bedriftsløpere

Koll arrangerer også "O-gøy" som vanlig på torsdager for barn som har lyst til å lære orientering. O-gøy foregår rundt Koll-hytta med egne trenere.

START

Start mellom 1630 og 1830.

NB! Ca 1500 m/ca 20 min til start for 4 og 5 km.

For resterende løyper/klasser er start ca 200 m fra arena.

LØPERDRIKKE

Grunnet fantastisk værmelding med midtsommertemperaturer vil vi tilby løperdrikke (vann og saft) ved målgang. Vi tar væskebalanse på alvor!

LIVELOX

GPS-spor lastes opp i Livelox etter løpet

RESULTATER

Resultater finnes på BRIKESYS via Eventor eller på Nordmarkskarusellens hjemmeside (www.nordmarkskarusellen.com)

VELKOMMEN!