



PM

## Unionsmatchen

### Individuelt

26 mai 2018



Velkommen til Individuelt løp i Unionsmatch 2018 på Eggemoen.

#### FREMMØTE

Rotorveien, 3514 Hønefoss

<https://goo.gl/maps/LiYKu5sostC2>

Merket i fra avkjøring fra **E16** til Eggemoen.

#### SAMLINGSPLASS/PARKERING

Arenaen på Eggemoen. Det er fint å sette opp telt.

Avstand i fra parkering til samlingsplass er 200-500m

#### LAGSPOSER

Lagsposer deles ut på fredag kveld – Sundvollen oppvekstsenter. Disse inneholder startlister, PM, startnummer, sikkerhetsnåler ( disse skal gjenbrukes på stafetten). Backuplapper for de svenske distriktene. Det er også backuplapper ved start.

Leiebrikker deles også ut kretsvis på fredagen ved Sundvollen oppvekstsenter.

#### START

Første start er kl. **11:00**. Det er 2 minutter startintervall. Alle deltagere har starttid (også ledere).

Det er 1800 meter i fra samlingsplass til start. Følg merkeband.

Det er startnummer i alle klasser med unntak av ledere. Startnummer ligger i lagsposen.

Startnummeret festes med sikkerhetsnåler.

Det er toalett og drikkevann ved start. Startlister henger ved arena og på start.

Sjekk at brikkenummer stemmer med startliste før du går til start. Det er selvbetjening av backuplapper ved start.

- 3 min før starttid (gå frem når klokken viser din starttid): gå fram til riktig bord for brikkekontroll.
- 2 min før starttid: Selvbetjening løse postbeskrivelser (alle klasser).
- 1 min før starttid: Gå fram til kartboksen. Det er **ikke tillatt** å se på kartet, men det er lov til å ta en rask kontroll av at det er riktig løype.
- 5 sekunder før start legg på brikka ved pip.

Startpost 150 m etter start.

## LØYPER

- |                   |        |                              |
|-------------------|--------|------------------------------|
| • D13-14 (B-nivå) | 3.5 km | 26 min. (estimert vinnertid) |
| • H13-14 (B-nivå) | 4.0 km | 26 min. (estimert vinnertid) |
| • D15-16 (A-nivå) | 5.1 km | 37 min. (estimert vinnertid) |
| • H15-16 (A-nivå) | 5.9 km | 37 min. (estimert vinnertid) |

Løyper blir publisert på Livelox klokka 13:30.

## KART OG TERRENG

Løpsområdet består av to vidt forskjellige terrengetyper. Løypene går i hovedsak på en flat, fartsfylt furumo med et nettverk av stier, og innslag av områder med dødisgroper.

Store områder med høyvokst furuskog, men også hogstflater og ungsokgsområder. Løpbarheten er gjennomgående svært god, og det blir rekordraske km-tider.

Terrenget består også av en detaljrik skråli med krevende kartlesing.

På furumoene finner en enkelte områder med tynningshogst, men løpbarheten er ikke nevneverdig nedsatt. I de samme områdene kan det også være nyere tømmerslep av varierende kvalitet. Disse er ikke tatt med på kartet. En gammel hogstflate har begynt å gro til med løvskog. Denne er likevel tegnet som halvåpent område, selv om det i noen områder kan være litt tettere vegetasjon. En nedlagt jernbanelinje krysser terrenget. Denne kan krysses hvor som helst. Gjerdet, på begge sider av sporet, er greit å krysse.

Anleggsarbeid foregår i vestre del av kartet. Dette området er tegnet som forbudt område, og skal ikke løpes i. På eventuelt veivalg hvor det kan være naturlig å løpe langs dette området, er det snitslet med rød/hvit merkebånd langs sti som er lovlig veivalg.

Kartet er oppdatert pr. 2018. Målestokk er 1:10000

## TIDTAKING OG MÅL

Det benyttes Emits EKT-brikker. Som backup benyttes film for målpassering og backuplapper for postkontroll. Løpstid beregnes ut i fra starttid (ikke brikkens egen klokke).

Kartene leveres inn frem til tidspunkt for siste start. Kart leveres ut ved tidspunkt for siste start.

Det er ingen innlevering av leiebrikker (Disse leveres samlet etter stafetten på søndag)

Løpere som bryter må melde i fra om dette i sekretariatet.

## TOALETT OG DUSJ

Det er toalett på samlingsplass og ved start.

Det er **ikke dusj** på samlingsplass, men i Kleivhallen ved overnattingsstedet.

## SANITET

Det vil være kyndige personer på arena. Eventuelle behov rettes til sekretariatet.

## **VILTOBSERVASJONER**

Dersom det observers vil i skogen – ønsker vi at dere rapporterer dette i sekretariatet etter målgang.

## **LIVESENTER**

Liveresultater er tilgjengelig på <http://10d.no> (på løpsdagen) og <http://www.eqtiming.no/>

Det er mellomtider i klassen D15-16 etter 3km og i klassen H15-16 etter 3,7km.

Det er forvarsel i alle klasser 550-650 m før mål.

## **SERMONI**

Ca 14:30 Enkel sermoni på arena for de tre beste i hver klasse.

20:00 Premiesermoni på Sundvollen oppvekstsenter

## **SALG**

Det er salg av forfriskninger på arena. Kort og Vips kan benyttes.

Sport 8 har salg av sportsartikler.

## **KONTAKTPERSONER**

- Løpsleder: Kari Strande, Ringerike o-lag, tlf: +47 909 96 515, [kar-st@online.no](mailto:kar-st@online.no)
- Løypelegger: Lars Inge Arnevik , Ringerike o-lag
- TD: Tom Bondehagen, Fossekallen IL
- Unionsmatchen: Stig Melling, Ringerike o-lag, tlf +47 951 24 632, [stig@melling.no](mailto:stig@melling.no)

**Velkommen til Unionsmatchen!!**

