



PM

Klubbmesterskap Nydalens SK tirsdag 21.august 2018

Transport / Parkering

Parkering ved Sognsvann

Offentlig transport til Sognsvann, T-Bane rute 5. Se rutetider på ruter.no

Sykkel

Arena

Sognsvann SØ, se markering av mål på kartet til høyre

Kart

Utsnitt av Sognsvann, 1:10 000, 5 meter ekvidistanse, revidert til Nydalten 2016. 1: 7 500 for D/H 45-

Det er ikke løse postbeskrivelser.

Alle kart printes med stier. Dette er en endring fra innbydelsen.



Stempling

Det benyttes TouchFree enheter som stemples med EmiTags. Sjekk gyldig stempling ved at EmiTag blinker når du er nær posten. Avstand på ca 20-40 cm avhengig av hastighet.

Lånebrikker og etteranmelding

De som er påmeldt uten EmiTag blir tildelt lånebrikke. Lånebrikkene fås utlevert i sekretariatet. Etteranmelding skjer på Arena i sekretariatet så lenge det er ledige kart.

Start

5-6 minutter å gå til start langs lysløype nordover.

Fellestart pr klasse på følgende tidspunkter:

Klasse	Starttid	Løypelengde	Målestokk
H-17	18:10	6,1 km	1:10 000
D 15-16	18:15	4,2 km	1:10 000
D 45	18:15	4,2 km	1:7 500
D-17	18:20	4,7 km	1:10 000
H 15-16	18:20	4,7 km	1:10 000
H 45-	18:20	4,7 km	1:7 500



D 13-14	18:25	3,4 km	1:10 000
H 13-14	18:25	3,4 km	1:10 000

Øvrige klasser har fri starttid fra 17.45 – 18.45.

Klassene D/H 11-12, D/H 12N, D/H 10 og D/H 17C vil få utdelt kartene på arena.

Kartet hentes i sekretariatet. D/H 17B får kartet på start, i startøyeblikket.

Klasse	Løypelengde	Klasse	Løypelengde
D 11-12	2,5 km	D 17B	3,4 km
H 11-12	2,5 km	H 17B	3,4 km
D 10	2,5 km	D 17C	2,5 km
H 10	2,5 km	H 17C	2,5 km
D 12N	2,3 km		
H 12N	2,3 km		

Gaffling

Med unntak av D/H 13-14 er løyper for fellesstart gafflet. Det er viktig å ta postene i riktig rekkefølge på ditt kart, alternativt blir du disket.

Kartene er merket med Klasse og initialer for løper.

Grilling

Det blir muligheter for grilling på Arena i forbindelse med løpet. Ta med mat og drikke selv. Det er meldt om bra vær.

Litt detaljer om terrenget og løypene

Terrenget er småkupert, tørt og lett løpt. Det er partier med med lettløpte åsrygger med god sikt, men også områder med tettere vegetasjon og kvist pga skogsrydding.

Det er tråkk i terrenget som ikke er markert som stier. Det er også stier på kartet som kan være vanskelige å se.

Løypelegger: Helge Stubberud

Velkommen til klubbmesterskapet for Nydalens SK