



PM

Marum-mila

søndag 14. oktober 2018

Frammøte og parkering: Store Bergan barneskole i Sandefjord. Merket fra krysset mellom Store Berganveien og Hystadveien (303). Parkering like ved arena.

Vi oppfordrer til samkjøring pga. begrenset kapasitet.

Klasser og løyper:

Løypenavn	Klasser	Nivå	Lengde	Antall poster	Start
Mila	D10km H10km	A	9.6km	26	kl. 11:00
Halvmila	D5km H5km	A	5.2km	11	kl. 11:15
Kvartmila	D2.5km H2.5km	C	2.7km	7	kl. 11:15
Knerten	N-åpen	N	2.4km	8	Fristart fra kl. 10:00

Kart: Utsnitt av Marum. Målestokk 1:7 500 i alle løyper/klasser.

Terrenget: Terrenget er lettløpt og stifylt. Generelt god løpbarhet. Flere områder med krevende orientering. Enkelte eldre hogstflater.

Vegetasjon: Kartet ble sist synfart i 2013. Skogen vokser, og det har medført at en del områder har endret karakter. Det gjelder spesielt åpne områder som på kartet er merket med grønnskraving (god sikt med nedsatt løpbarhet). I disse områdene har trærne nådd en høyde opp mot 2-2.5m, og farten nærmer seg gangfart (mellomgrønn). Kanskje et kjærkomment alternativ for den som trenger en gå-pause? På plussiden kan det nevnes at flere grøntområder begynner å få god løpbarhet.

Forbudt område: Løping på dyrket mark er forbudt. Det gjelder også løping langs jordekant. Forbudet gjelder uavhengig av tilstanden på jordet (upløyd, gras eller slått kornåker).

Vennligst respekter forbudet. Løpere som bryter reglene blir disket.

Spesielt for N-åpen: på strekket mellom 3. og 4. post går løypa gjennom et åpent område som bærer preg av å være en gresslette. På kartet er det merket en sti langs kanten. Den er ikke alltid like lett å se stien i terrenget, men det går fint så lenge dere følger kanten på området (der stien er avmerket). Det er ikke lov å krysse selve gressletten.

Kryssing av vei: Alle løpere vil krysse Haneholmveien på vei til siste post. Vi har løypevakter, men løperne bes likevel vise hensyn.

Start: Fellesstart i alle klasser unntatt N-åpen. Fellesstarten kl. 11:15 er også åpen for løpere i N-åpen. Vi oppfordrer flest mulig til å delta på fellesstarten. Startpunkt ligger 300m vest for samlingsplass (godt synlig fra vestsiden av skolen). Ingen startpost.

Samme startpunkt for N-åpen.

Fellesstart: Møt opp minst 5 minutter før din starttid. Husk å nulle brikken før start (løperens ansvar). Null-bukker står i startområdet.

Kartene ligger på bakken. Still deg bak et ledig kart. Du blir deretter registrert. Vent på startsignal.

Fristart: Sørg for å registrere deg ved start før du løper i skogen. Fristart mellom kl.10:00-11:30.

Utdeling av kart: I N-åpen og 2.5km (C-løypa) kan løpere under 13 år hente kartet i løpskontor fra kl. 10:00. Kartet må ikke vises til eldre løpere i samme løype.

Kart deles ikke ut på forhånd i 5- og 10km, uansett alder.

Makstid: alle løpere skal være i mål innen kl. 13:45. Vurder din kapasitet og bryt løpet om nødvendig.

Tidtaking: EMIT tidtakersystem med EKT-brikker. Vi har begrenset antall leiebrikker i løpskontoret.

Premiering: 3 beste i hver klasse og alle barn t.o.m. 12 år (uansett løype).
Premieutdeling med opprop i alle klasser. Starter med N-åpen og 2.5km ca. kl.
12:30. Øvrige tas fortløpende når majoriteten av løperne er i mål.

Fasiliteter: Toaletter i idrettshallen (garderober). Vi har ikke anledning til å
benytte garderober og dusjer (kun våtklut).

Kiosk: Salg av verdens beste kaker og kaffe. Glem matpakka hjemme.

Løpsleder/løypelegger: Sturle Furland, tlf: 970 96 152,
sturle_furland@hotmail.com

Velkommen til et o-løp i vakre Marum!

www.sandefjordok.no

SPORT 8.NO

