



## Innbydelse/PM

# Høiås Trimtex Night Cup - HDNC løp 8 2013/2014 - HOT fredag 17. januar 2014

- 
- Parkering/Samling:** Ekås, merket fra Fv 925 «Nygårdsgata»: <http://kart.gulesider.no/m/nNX3k>.  
Det er litt begrenset med parkeringsplasser så samkjør gjerne.
- Klasser og løyper:** Herrer: Lang løype ca 8,5 km, vinnertid ca 60 minutter.  
Damer, Gutter (-18), Jenter (-18) og Andre: Kort løype ca 5,5 km, vinnertid ca 47 minutter.  
Spredningsmetode forekommer i begge løyper.
- Startavgift:** Max NOK 30,- (faktureres i ettertid for større grupper)
- Start:** Fellesstart. Kort løype ca 18:00, lang løype ca 18:05. Det er ca 1000 meter fra samlingsplass til start (500 meter fra mål).
- Stemplingsystem:** Hengende emitenheter og noen bukker med fastmonterte emitenheter.  
**OBS:** For å unngå stemplingskaos brukes «touch and go» metoden på noen poster. Disse postene er bare utstyrt med en refleksstav og kodennummer. Øvrige poster er utstyrt med små skjermer med refleks og en emitenhet med kodennummer. Altså:  
- Kommer du til en post som er markert med en refleksstav, ta på refleksstaven og løp videre.  
- Kommer du til en post som er markert med en liten skjerm med refleks og en hengende emitenhet må du stemple.  
Rekkefølgen i mål avgjøres ved stimpling på målbukk. Vis hensyn til hverandre.
- Mål:** Mål ligger ca 500 meter fra samlingsplass. Her blir det enkel service med bål og drikke.
- Kart og terreng:** Syverstadvannet, målestokk 1:10000, ekvidistanse 5m  
Kartet er av god kvalitet, men noen nye hogstfelter forekommer.
- Løypelegger** Tore Sandvik
- Løpsleder** Eirik Nordbrøden
- Påmelding:** I Eventor, <http://eventor.orientering.no/Events/Show/3611>, frist onsdag 15/1-2014

**Service:**

Ikke dusj, men bål!

Det vil være mulighet til å skifte inne ved samlingsplass (begrenset med plass). Dessuten finnes det en lavvo og en gapahuk ved målet.

Kontaktpunkt for HNC/HDC: Eirik Nordbrøden, Halden SK

**Ledertrøye:**

Ledertrøye i klassene Herrer og Damer i både HTNC og HSDC

Ledertrøye i Gutter og Jenter for HTNC og HSDC sammenlagt

**Sammenlagtpremie sponses av Trimtex**

