

PM

Kraftløpet 2014

Velkommen til det 36. Kraftløpet siden 1979. Årets løp består av prolog med etterfølgende jaktstart for de som er mindre enn 10 minutter etter klassevinnerene. De som er mer en 10 minutter etter klassevinnerene går ut i fellesstart.

Prolog:

- Start: 800 meter. Merket med rød/hvite bånd til start. Vis forsiktighet ved kryssing av Trondheimsvegen.
- Kart: Sprintkart Råholt skog, utgitt 2013. Målestokk 1:5000, med 2,5 meters ekvidistanse.
- Løyper: Alle (unntatt N-åpen) løper ei løype på 1,4 kilometer

Etter avsluttet prolog forflytter man seg til samlingsplass for langløpet. Dette er ca. 700 meter å gå, merket med "o-flagg"-bånd. Det er ikke mulig å kjøre bil til ny samlingsplass. Arrangøren tilbyr transport av bagasje.

Langløp:

- Start: Merket med rød/hvite bånd til start, ca. 200 meter.
Startlister for langløpet blir publiserte etter prologen.
Jaktstart for alle (unntatt N-åpen) som er under 10 minutter bak klassevinnerne.
Fellesstart for resterende løpere 15 minutter etter første start i jaktstarten.
N-åpen: Fri start fra kl. 13:00
- Kart: Del 1: Bergermoen, utgitt 2013
Målestokk 1:10 000, og 2,5 meters ekvidistanse.

Del 2: Tærudåsen, utgitt 2009 enkel revidering 2012
Målestokk 1:10 000, og 5 meters ekvidistanse.

Løyper: Kraftløpet: 16,2 km
 Kraftsprinten: 7,7 km
 Kraftintro: 6,1 km

Stemplingsenheter både på bukk og på snor er benyttet.

Kartbytte: Alle løyper har kartbytte ved kryssing av E6. **Snu kartet!**

Mat/drikke: Matstasjon med servering av saft, vann, rosiner og sjokolade i alle løyper.

Ved kartbytte er det tilbud om drikke (vann)

Vennligst legg igjen drikkebegeret ved drikkestasjonene, da vi ikke ønsker søppel i skogen.

Forbudte områder: Det er strengt forbudt å løpe innenfor gjerdene til jernbanen (Gardermobanen) og E6.

Ordinære kryssningspunkter skal benyttes.

De forbudte områdene er ikke markert på løpskartet.

Generelt:

Premiering: Premie til alle som fullfører Kraftløpet. Egen premie til klassevinnerne.

Grillmat: Det blir salg av grillmat etter målgang.

God tur!