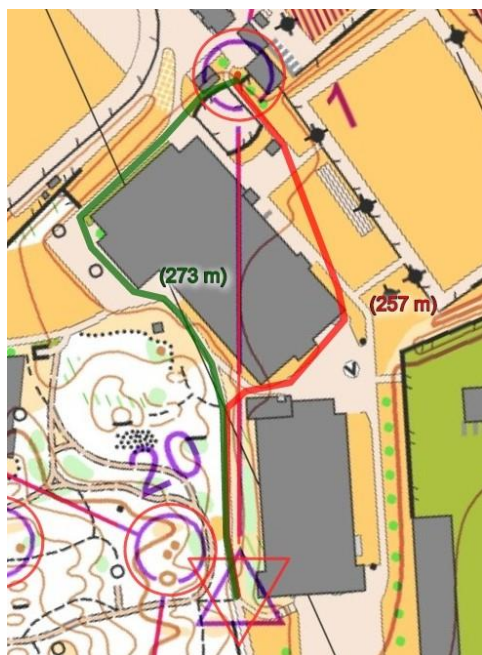


## Ås by Night & Fog Cup #7, 10.3.2015

### Strekkanalyser (strekktider: [her](#); løpsinformasjon: [her](#))

Løpet var et langt mellomdistansenattløp på sprintkart. Først følger analyser for H17 (mange av strekkene finnes også i H17K/D17). Så følger enkelte av strekkene som er spesielle for H17K/D17.

#### Start-1



#### Vurdering:

Her får løperen nokså god tid til å vurdere, først 50 m til startpost, så nye 50 m før valg må skje.

Høyreveivalget er klart kortest og sannsynligvis enklest.

Dessverre hang refleks og stemplingsenhet nokså høyt i treet, og variasjonene i strekktidene skyldes nok først og fremst at noen brukte litt tid på å se etter posten.

#### 1-2

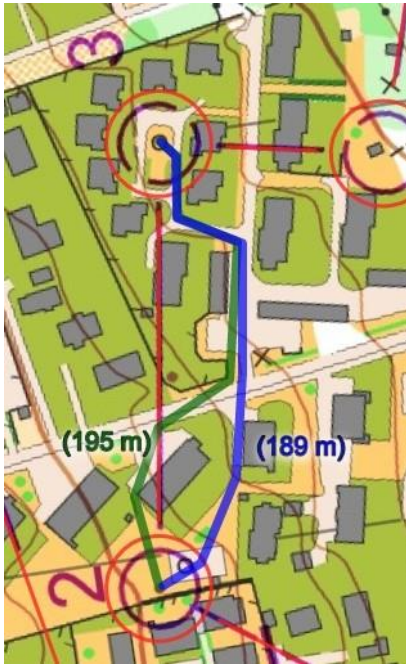


#### Vurdering:

Veivalg bare på første del av strekket. Utfordring videre er bare å finne ut at det bare er et fornuftig lovlig veivalg og telle hus og avkjøringer.

Veivalgene er like lange, men rødt har mest rette linjer, med blått som nummer to. Fiolett vurderes som klart dårligst.

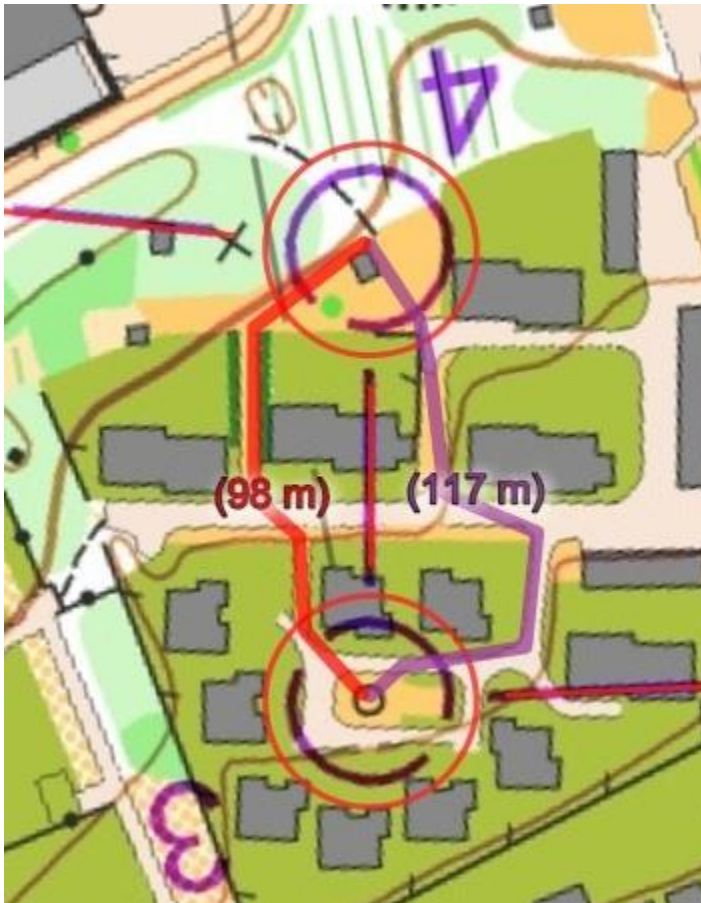
2-3



Vurdering:

Blått er marginalt kortere, men her er det viktigere å komme i gang med løpinga enn å fundere lenge på veivalg.

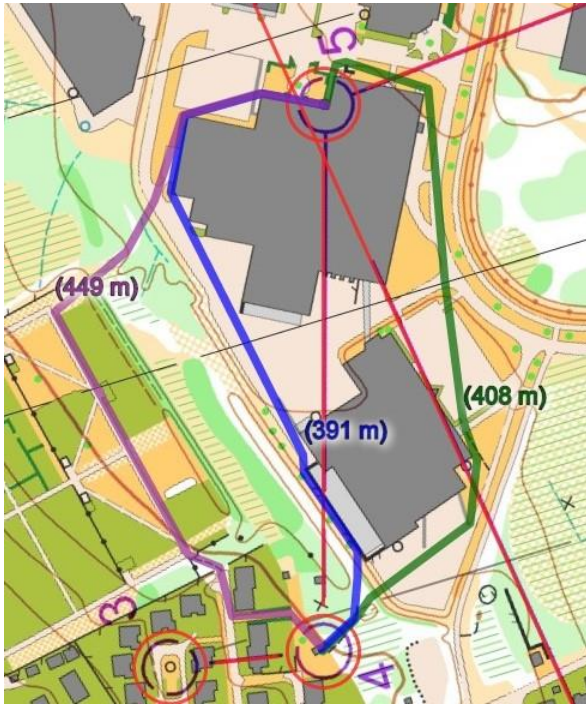
3-4



Vurdering:

Rødt er kortest, men igjen er flyten i løpinga like viktig som veivalget.

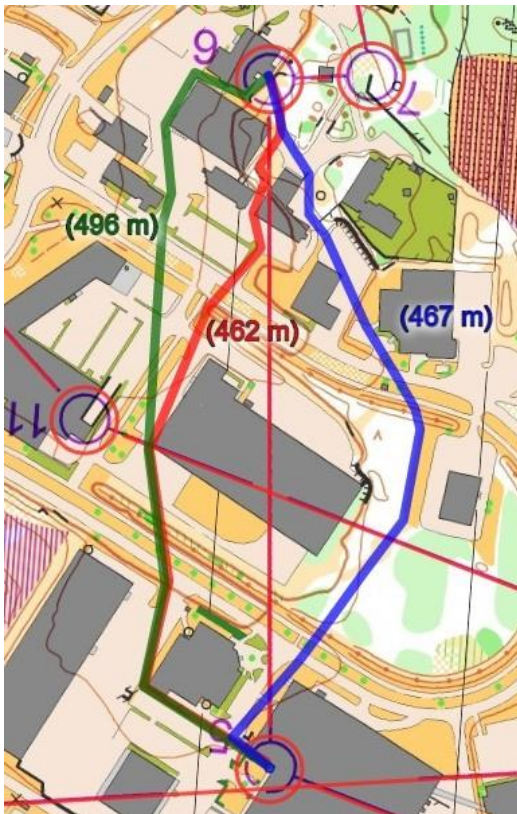
4-5



Vurdering:

Blått er marginalt kortere. Det er nok få som velger lilla – bare tatt med for illustrasjonsformål.

5-6

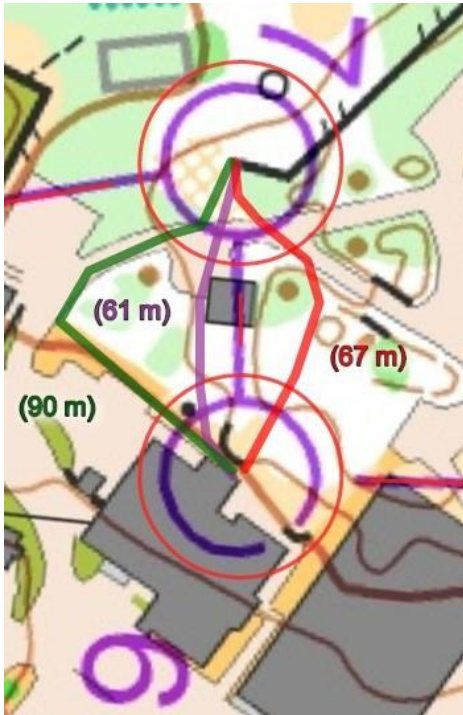


Vurdering:

Rødt er kortest og best løpbart, men blått er et helt greit alternativ.



6-7



Vurdering:

Lilla er kortere og flatere enn rødt.

Den som vil unngå skog i mørket, og benytte anledning til å forberede neste strekk, kan velge grønt uten å tape mye tid.

7-8



Vurdering:

Blått er marginalt kortere, men mer grapsete.

8-9

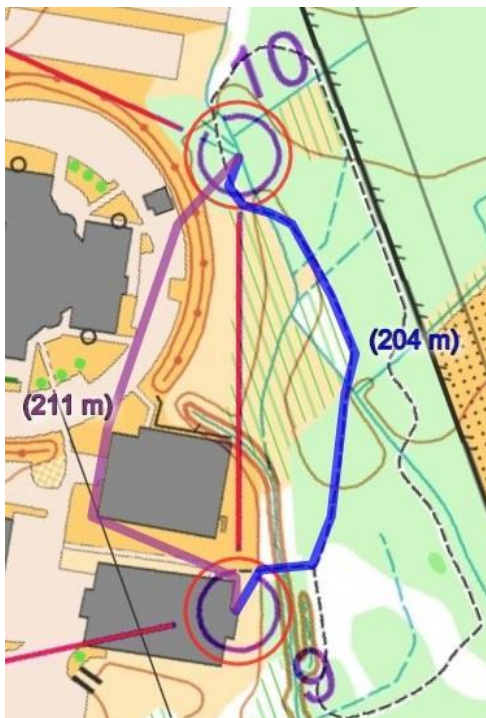


Vurdering:

Likeverdige veivalg. Rødt marginalt kortere, men litt dårligere underlag. Grønt gir muligens bedre anledning til å vurdere neste strekk.

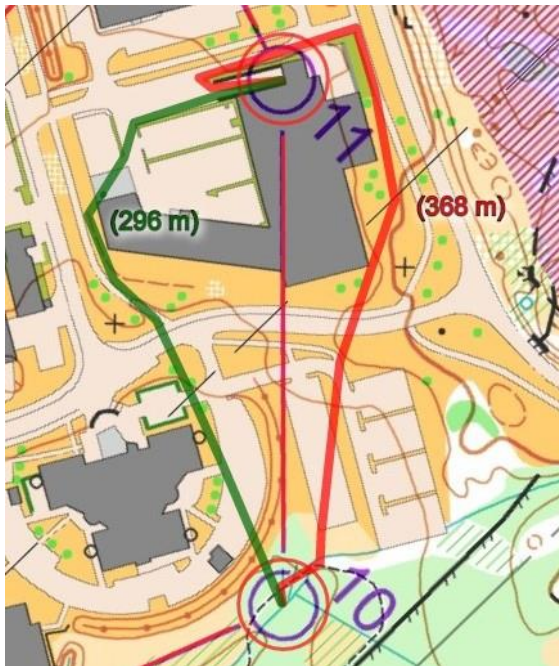
9-10

Vurdering:



Usikker på hva som lønner seg tidsmessig; Litt kortere på god skogsti som leder rett til post, eller bra underlag der du må over en voll.

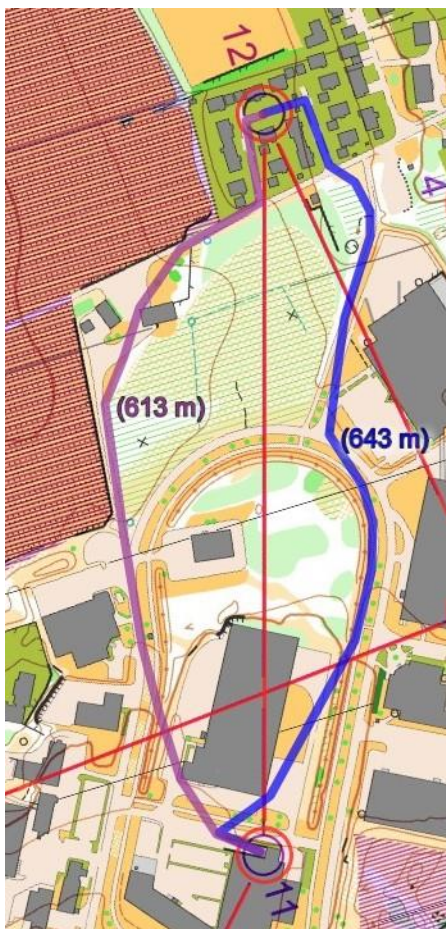
10-11



Vurdering:

Her har mange gått i løypeleggerfella. Høyre ser kortest ut, hvis man ikke har lest helt fram og oppdaget den upasserbare muren.

11-12



Vurdering:

Egentlig et litt interessant strekk, ikke minst nettopp fordi mange blir litt demotivert av et tilsynelatende meningsløst transportstrekk. Og, det er også interessant at en del fortsatt ikke har tenkt over at de blir lurt av den upasserbare muren, og velger det lengste veivalget.



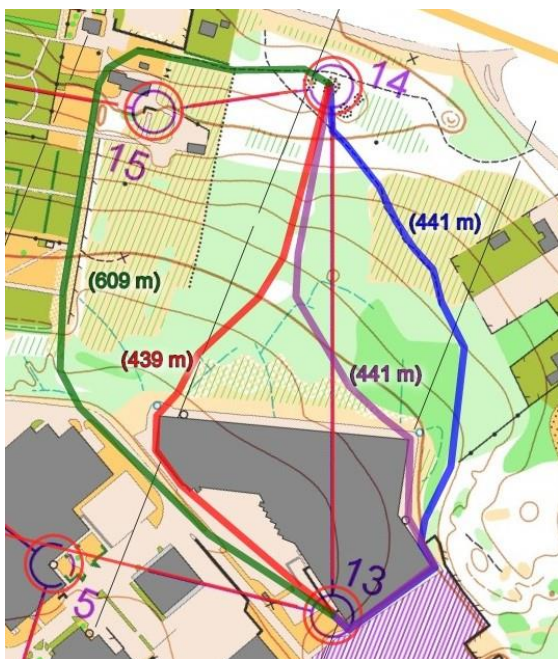
12-13



Vurdering:

Enda et strekk med mye løping, og også her er det mulig å unngå å se upasserbar mur og velge høyre (med tanke på å skrå rett mot posten fra det søndre hjørnet på det store bygget midt på strekket).

13-14



Vurdering:

Like lange veivalg, så det viktigste her er å orientere stødig, så man enten utnytter de litt mer løpbare hvite områdene eller treffer stien gjennom hogsten og videre nesten til posten.

14-15



Vurdering:

Blått er kortere, men krever stå-på-vilje og retningssans for å holde bra nok fart og treffe riktig. Lilla er løpbart langs sti og sikrest (og det kan jo være greit å begynne å lese på neste strekk, ikke sant?)

15-16

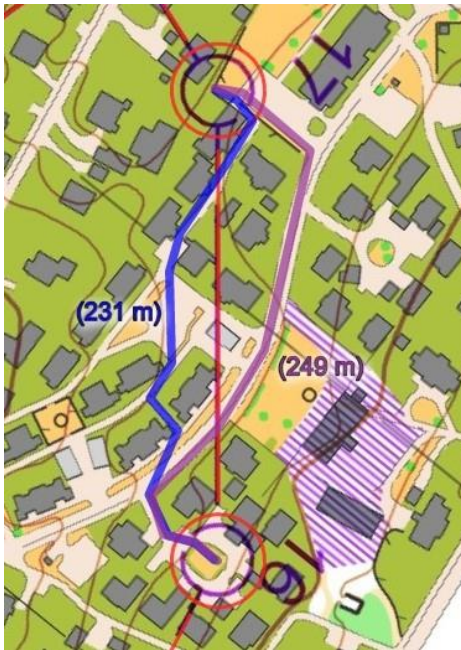


Vurdering:

Her er det greit å ha lest hele strekket før bestemmelsen tas. Mange ser ikke den nødvendige omveien mot slutten av strekket, og velger rødt. Man kan selvsagt argumentere for at rødt er enklere å gjennomføre å gir anledning til å lese framover, men man må jo telle avkjørsler så man tar av på riktig sted.



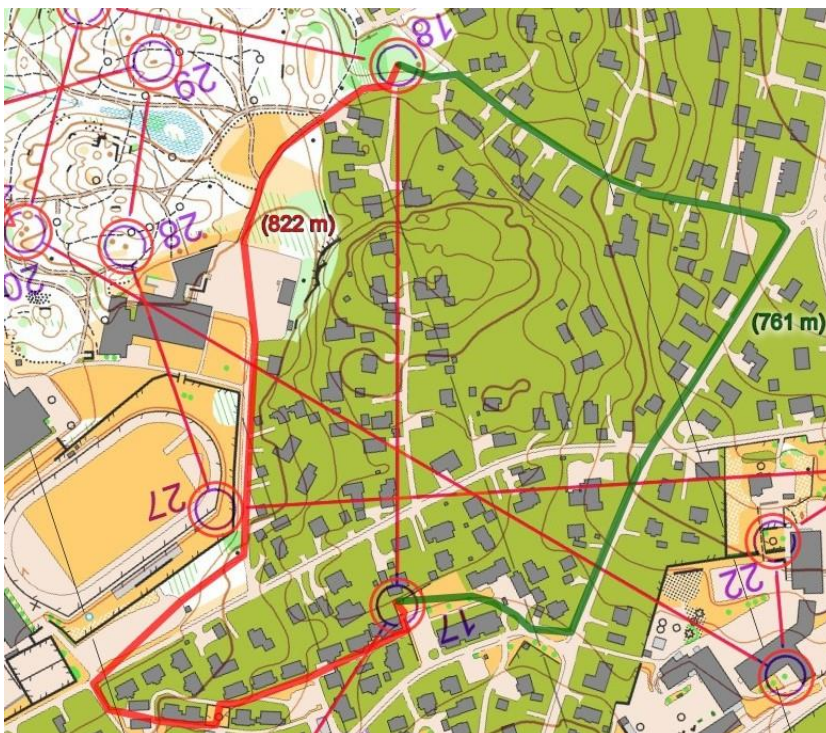
16-17



Vurdering:

Begge valg er greie; korteste eller enkleste ...

17-18



Vurdering:

Høyre er kortest, men har en lei motbakke, og det er igjen litt løping etter dette. Grønt er nok uansett best.

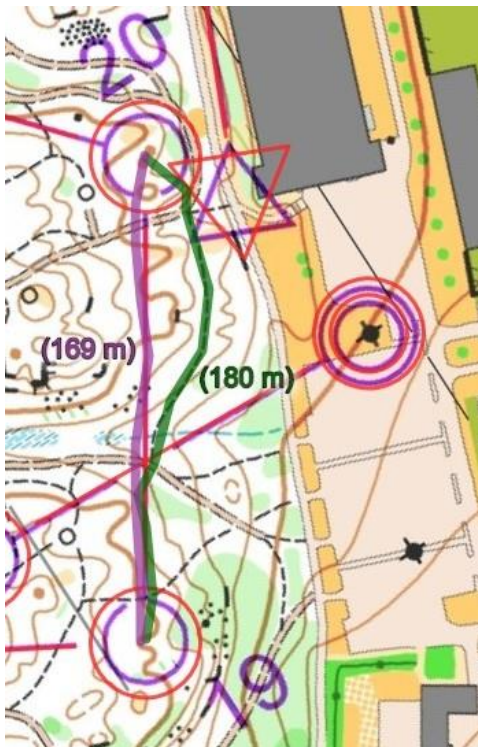
18-19



Vurdering:

Litt smak og behag – det viktigste her er nok omstillinga til skog, og finne fram langs det veivalg man tar.

19-20



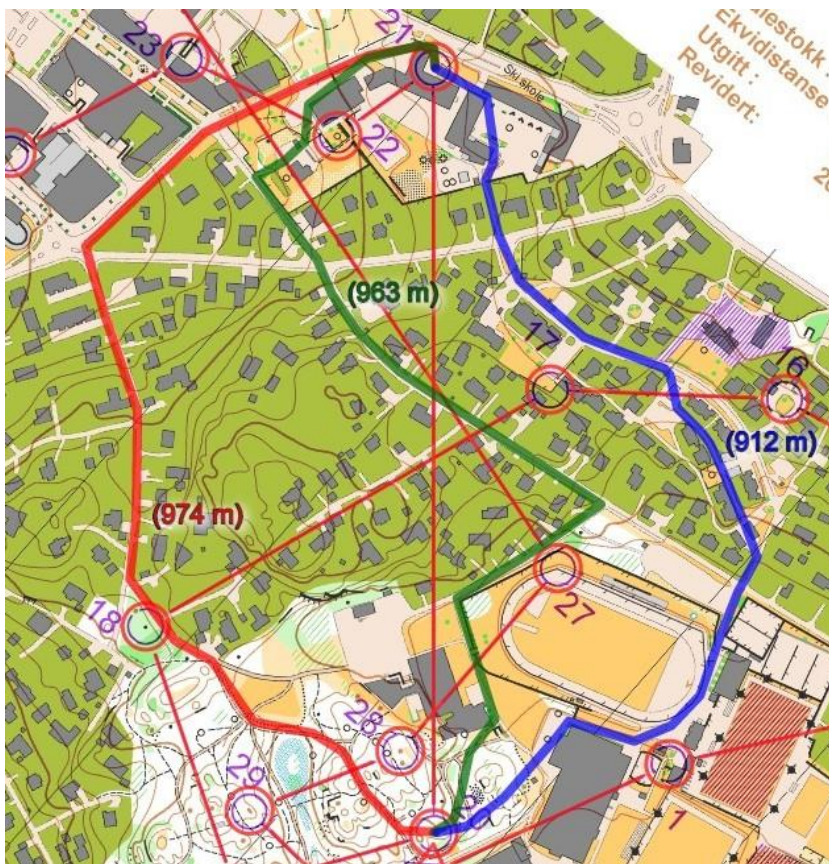
Vurdering:

«Publikumsstrek»; løypelegger ønsket å se lykter oppe i lia fra arrangørbordet på arena ;-)

Lilla er bare tegnet inn for å illustrere at man bare sparer 11 meter på ikke løpe flatt på sti.



20-21



Vurdering:

Tror de fleste har valgt grønt. Kanskje blir de overrasket over å se hvor få meter de sparte i forhold til rødt ... og ikke minst at blått er 50 m kortere. Blått sparer også noen meter stigning.

21-22

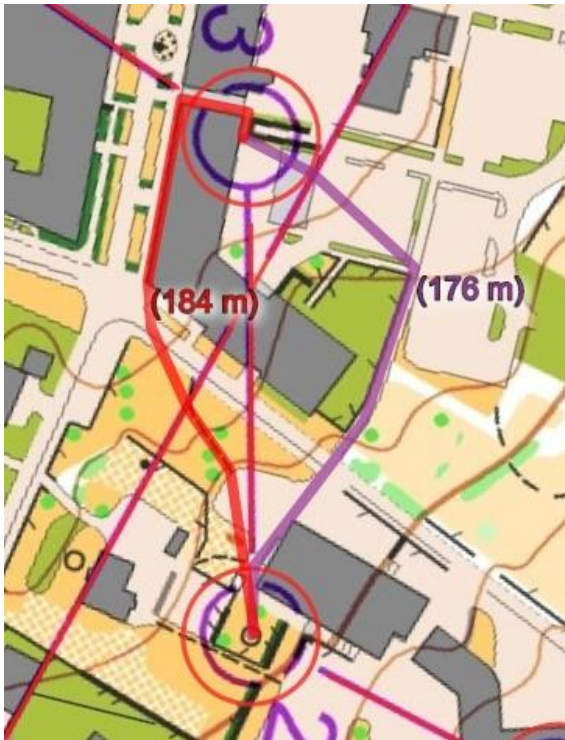


Vurdering:

Her er det jo marginale forskjeller og flyten er minst like viktig som valget, men merk at av de to korteste veivalgene så får du med blått en gjerdepassering som koster tid. Lilla kan kortes enda mer ved å hoppe ned mur.



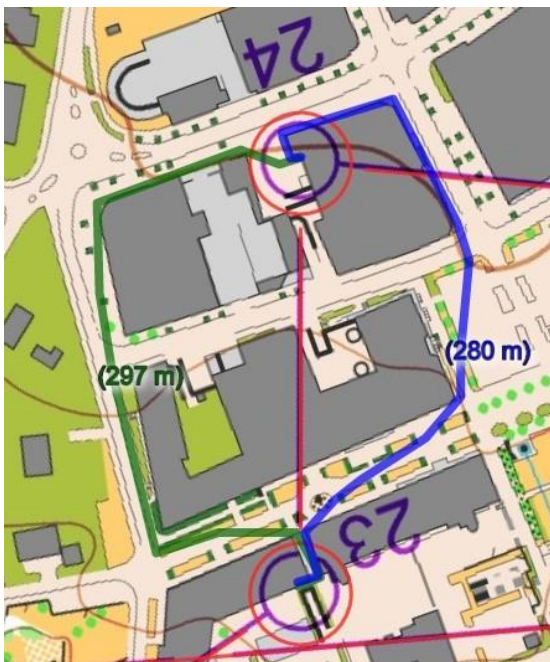
22-23



Vurdering:

Lilla er kortest, men du gjør ikke løpets største bommert med rødt heller ...

23-24



Vurdering:

Den eneste ordentlige «sprintfella» i løpet. Muligens kunne karttegner gjort enda tydeligere at det er upasserbart rett på, men hvorfor ta sjansen når du uansett taper marginalt med meter på å løpe pen bue rundt istedenfor sikk-sakk «rett på»?

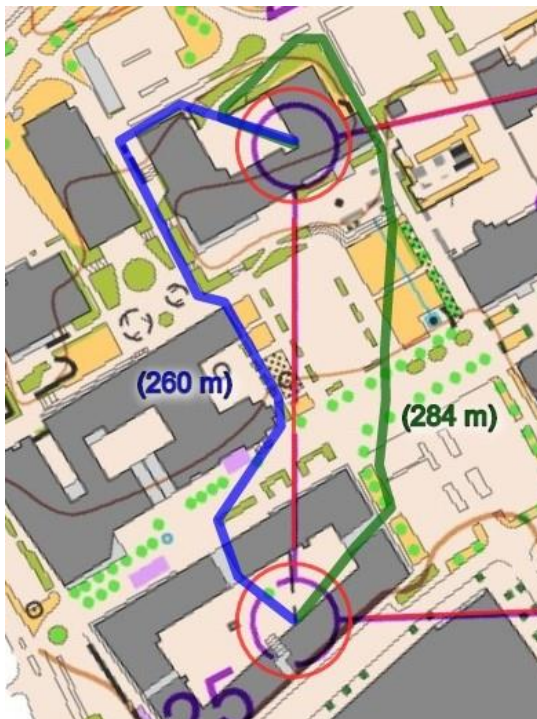
24-25



Vurdering:

Du løper kortere og slipper å bykse trapp langs lilla. Riktignok kan du være uheldig med parkerte biler, men langs rødt kan du være tilsvarende uheldig med biler i fart.

25-26

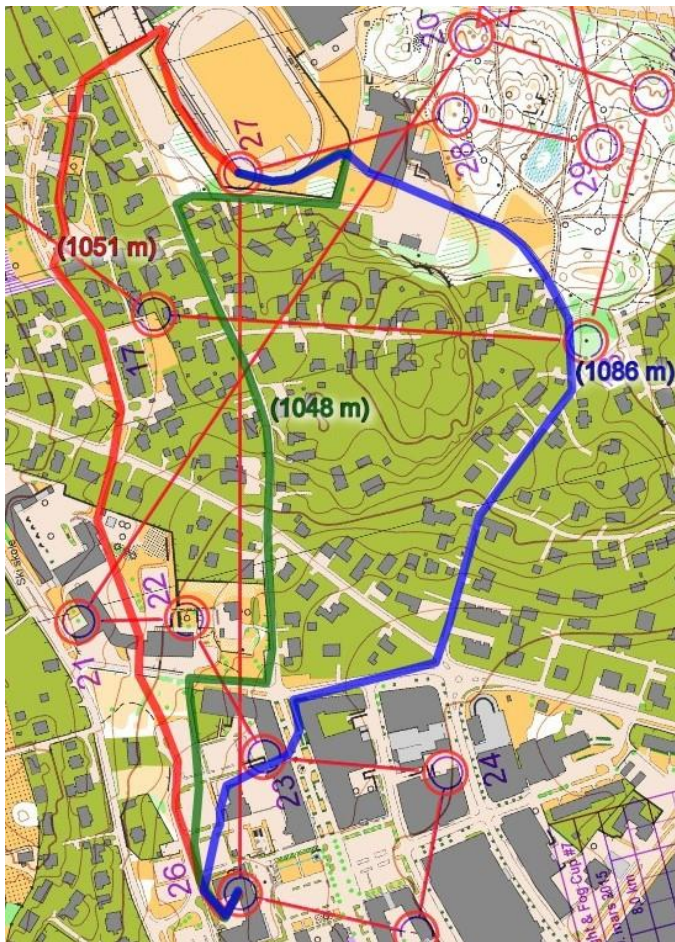


Vurdering:

Det er overraskende om ingen har blitt lurt til å velge grønt. Fort gjort å starte løpinga og for seint skjønne at det kommer en liten omvei rundt forbudt område på slutten.



26-27



Vurdering:

Litt kjedelig at de tre alternativene er så like i lengde, og faktisk har nokså lik samlet stigning. De fleste har nok forkasta blått på grunn av bratte bakken midt på strekket (som mange kjente på tidligere i løpet). Tror nok noen som starta på grønt valgte å løpe rett fram og inn på stadion som rødt, da de oppdaga at de ikke kom over gjerde til posten – men det er nok dårligste veivalg. Greit å løpe inn på stadion der, men da bør man velge rødt hele veien.

27-28



Vurdering:

Hipp som happ.



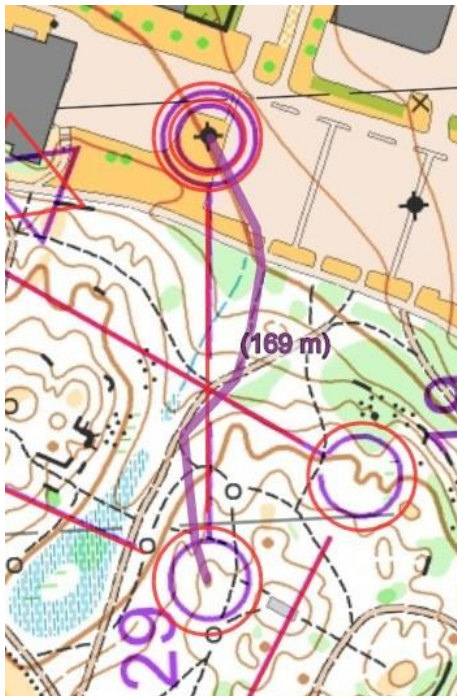
28-29



Vurdering:

Tja. Man kan sikkert dunke rett på også.

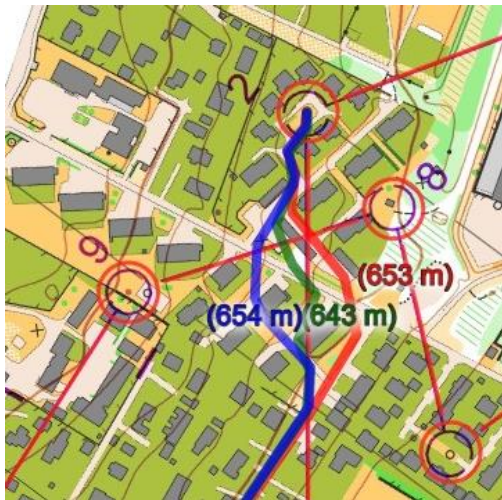
29-Mål



Vurdering:

Empiri tilsier at største utfordring er å lese hvor mål er, istedenfor å spurte med høye kneløft bort til bordet hvor arrangøren har datamaskina og brikkeavleser'n sin.

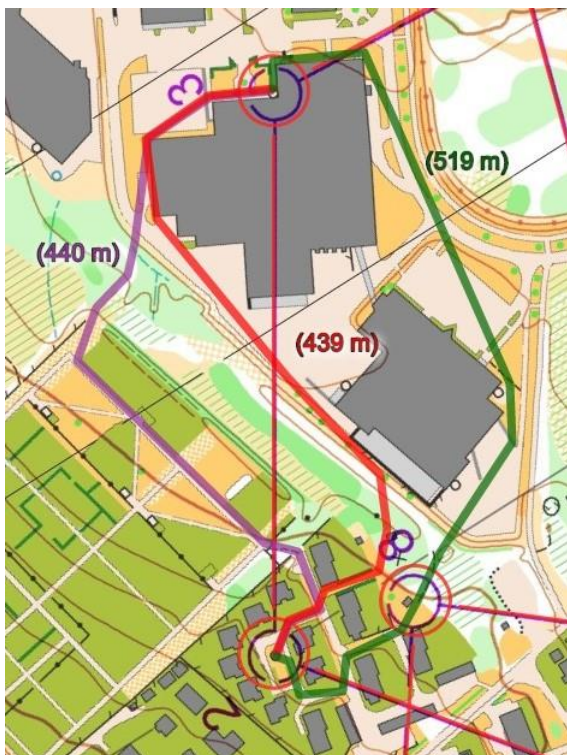
1-2



Vurdering:

Se andrestrekket i langløypa (kanskje gjør mer sydøstlig postplassering at enda færre ser beste start på strekket). Tar med klippet mest for å vise at det finnes marginale forskjeller mot slutten av dette strekket, og således fikk veteranene og damene her et hakket mer interessant strekk enn gutta i langløypa.

2-3

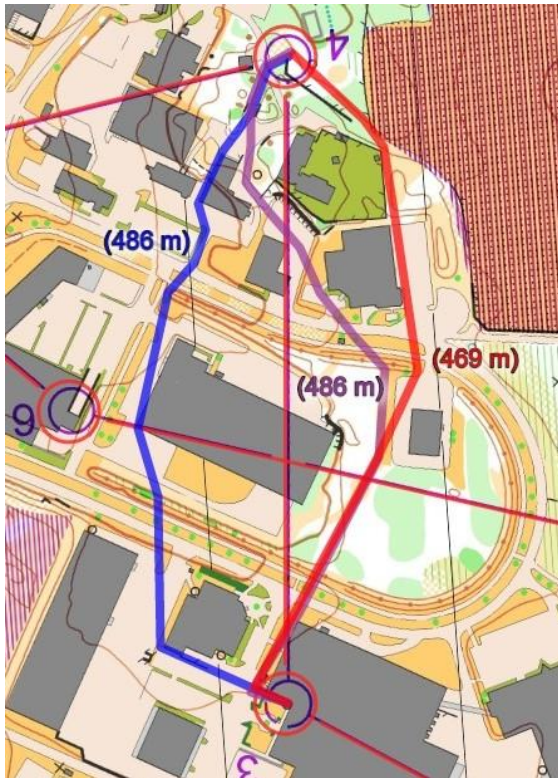


Vurdering:

Til forskjell fra et lignende strekk i langløypa så er den lille turen gjennom kirkegården her faktisk et greit (kanskje beste) veivalg.



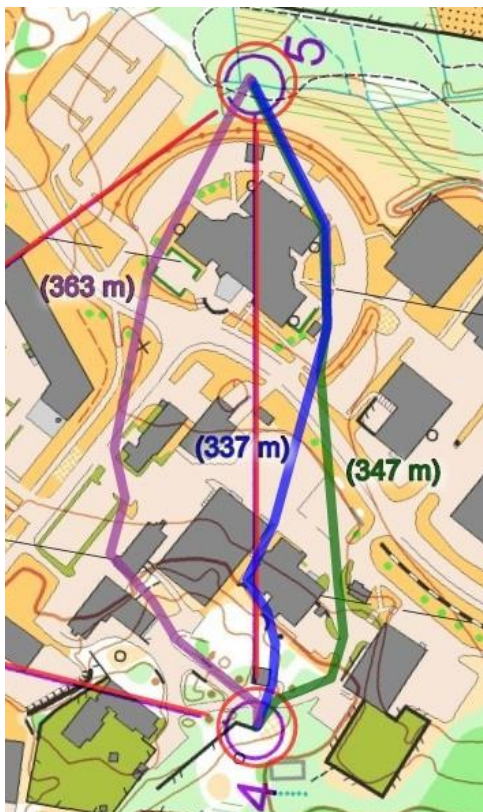
3-4



Vurdering:

Litt usikker her; det korteste er rødt, men det blir grapsete mot slutten. Blått er nok tryggest, og det spiller ikke så stor rolle om man velger høyre for det L-formete huset og tar lilla inn mot post.

4-5

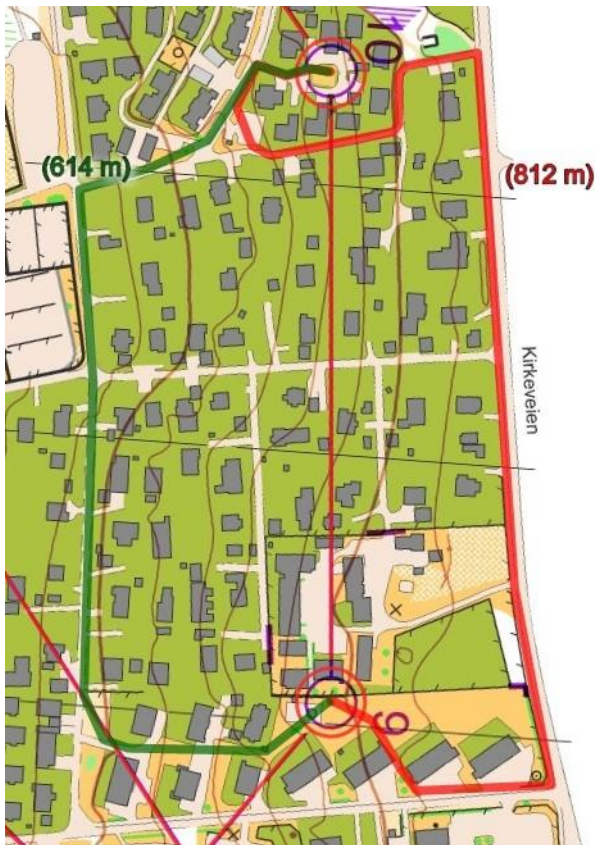


Vurdering:

Grønt er nok best.



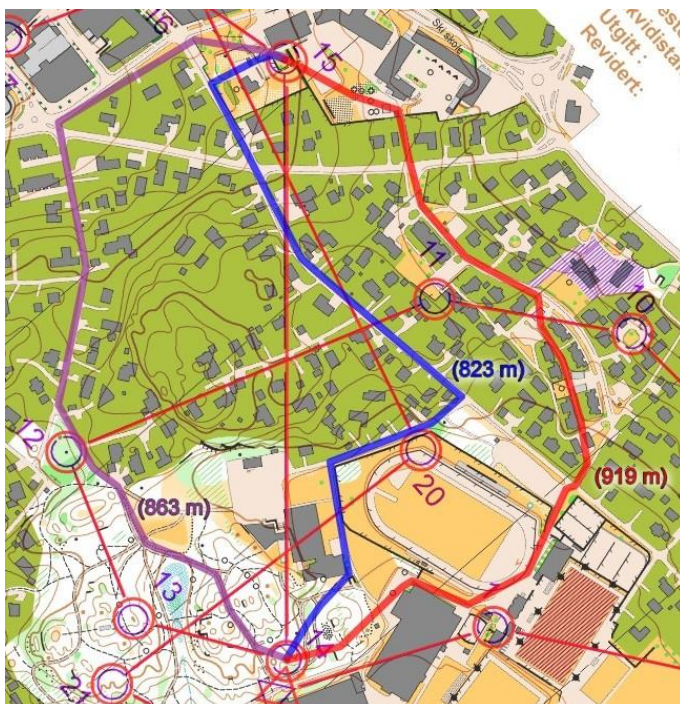
9-10



Vurdering:

Tilsvarende som i langløypa kan man bli lurt opp til Kirkeveien, men her blir man enda mer straffet (og noen burde nok bli straffet enda mer ved å ha leita opp kortere høyreveivalg ...). Helt klart et av strekkene hvor det lønner seg å ha lest PM, i og med at området var brukt for å illustrere eksempler på forbudte passeringer.

14-15



Vurdering:

I forsøket på å gjøre løypa kortere enn langløypa så ble «dessverre» dette strekket et sjeldent unntak fra regelen om at det i sprint ofte lønner seg med bue rundt enn sikk-sakk rett på.

20-21



Vurdering:

Her gjelder å finne riktig vei ut av stadion.  
Grønt er lengre og medfører to  
gjerdepasseringer. Grønt er nok greiest.