

# Harry Lagerts nattcup for kald-og varmbloidshester

**PM Finale 2015-10-30**

## Klasser og løyper

A Legendar 13,9 km A, 540 m stigning, væskeposter etter 5,4 km og 10,5 km  
B Ola og Kari 10,4 km A, 515 m stigning, væskeposter etter 3,2 km og 6,9 km  
C Lokal 5,8 km A, 215 m stigning, væskepost etter 1,9 km  
Disse løypene har tradisjonell bålpost underveis .

Rekrutt 2,9 km C (/B) , 80 m stigning

## Løypelegger

Einar Jensen

## Startplass

Oppmøtested ved Hammeren i Maridalen for alle unntatt Rekrutt  
Legendar: Avreise fra Hammern for videre transport inn i Nordmarka **kl 18.30 presis.**  
Ola & Kari og Lokal: Start ved Hammeren

Rekrutt: Oppmøte ved Kollstua, Registrering og utlevering av løpskarT.  
Derfra ca 1 km til start, ikke merket.

## Mål

Alle klasser har mål på Kollstua

## Transport til start

Buss 51 mot Maridalen har timesrute, Feks 17:52, 18:52 fr Kjelsås. Se evt ruter.no  
For bil: Kjør over broen og til venstre, P på skråparkering i retning Maridalen skole.

## Transport av bagasje til mål.

Løperne må selv sørge for at bagasje og annet som skal til mål blir plassert på tilhenger som står på snuplassen ved Hammern.

**SE OPP FOR TRAFIKK I MARIDALSVEIEN**

## Starttider

A Legendar 19.00 - (Jaktstart iht startliste)  
B Ola og Kari 19.30 - (Jaktstart iht startliste)  
C Lokal 19.45 - (Jaktstart iht startliste)  
R Rekrutt 18.00-18.30 (Fri starttid. Parløp og følge er tillatt)

## Startprosedyre

### Legendar (A)

Utdeling av GPS trackingenheter på Hammeren fra klokken 18:00  
Felles transport til startplass for alle **kl 18:30 presis.**  
På startplassen: Opprop cirka 3-5 minutter før start, hold køen  
Nulling i startboksen rett før start.

### **Ola & Kari (B)**

Innsjekking til start fra 19:15 ved buss-skuret på Hammern.  
Plassering 1-9 i jaktstarten starter lengst frem ved nullbukk og fakkel  
Plassering 10 og høyere stiller i startboks markert med aktuell starttid.  
Starttid og navn finnes på gjerdet til høyre i startfållan.  
Nulling på vei inn i til start.

**Alle B-løpere** må være på plass i sine startbokser, **senest kl 19:35**

### **Lokal (C)**

Innsjekking til start fra 19:36 ved buss-skuret på Hammern.  
Plassering 1-6 i jaktstarten starter lengst frem ved nullbukk og fakkel  
Plassering 7 og høyere stiller i startboks markert med aktuell starttid.  
Starttid og navn finnes på gjerdet til høyre i startfållan.  
Nulling på vei inn i til start.

**Alle C-løpere** må være på plass i sine startbokser, **senest kl 19:50**

Det er mange som skal ut på kort tid ! Husk din egen starttid og **husk å nulle brikka.**

### **Rekrutt**

Bruk løpskartet til å finne startplassen fra Kollstua. Fri starttid kl 18:00-18:30.  
Nulling i startøyeblikket.

### **Terreng:**

Kupert, stifylt og variert Nordmarka terreng. Noen bratte lier med ur, ta det med ro der. Mørkt, med innslag av månskin?

### **Kart:**

Målestokk 1:10.000, ekv. 5m i alle klasser.  
O-festivalen 2015 Nydalens kartdatbase, samt OSIs kartbase over Nordmarka.  
Legendar og Ola & Kari får to kart sammen i en sveiset plastpose.  
Legendar A2-pose; Ola&Kari A3-pose.  
Start på riktig side, snu kartet når det ikke er flere poster på første side.  
Lokal-klassen (C) får ett kart i sveiset plastpose A3.  
Rekrutt i sveiset plastpose A4 - deles ut før start

Løse postbeskrivelser ved start

### **Poster:**

Emit enhet postkode og refleks.  
På drikkeposter og bålpost: Husk å stemple først !

### Mål:

Kollstua, Korsvoll  
**All P ved mål er gateparkering.** Merket fra Nordberg Kirke, derfra ca 300m å gå til Kollhytta.

**Premieutdeling**

Klassevis ca 15-20 minutter etter tetens målgang  
Eget opplegg for Rekrutter

**Skift / Vask**

Våtklut. Utendørs i oppslåtte telt.

**Etter løpet:**

Vi disponerer Kollstua utover kvelden. Vi prøver på en felles pizza bestilling etter hvert. Ta med det du ønsker drikke - bli med på litt mimring.

**GPS-Tracking**

Debut for tracking i Harry Lagerts Nattcup  
Alle løpere i Legendar-klassen løper med GPS  
Løpskart med Legendarløypa publiseres ca kl 19:00

Link til tracking publiseres på løpsdagen

**Resultater**

Enkel resultatservice på Kollstua  
Offisielle resultater publiseres i Eventor så snart som mulig etter løpet

**Lykke til !**

**Ønskes fra HarryLagerts-teamet, v Einar, Fredrik , Sören og Jon Petter**