

PM

Vinter-Jukola Løp 9

6. Januar 2016

- Frammøte:** Stavernshallen, merket fra Stavern sentrum Fv. 301. Parkering ved Stavernshallen. Det er mulighet for å skifte/oppbevare tøy innendørs, men ingen dusj.
- Pr. nå (mandag formiddag) er det noe snø i terrenget. Det daler noen filler og er meldt noe tilsvarende for tirsdag. Onsdag er det meldt fin-fint vær, så vi satser på at det fortsatt er løpbart nok i terrenget til at vi gjennomfører løpet som terrengløp. Dersom det mot formodning skulle ramle ned store mengder snø, flyttes løpsterrenget til Stavern og avvikles som et vinter-sprintløp.
- Start** Oppmøte kl. 18.00. Det blir felles oppvarming til start ca. kl. 18.15 (5 minutters jogg mot Kysthospitalet) Fellesstart for Lang løype kl. 18.30, Kort A-løype start kl. 18.32.
- C-løype fri start fra kl. 18.00-18.35, kan få kart på arena før start.
- Nulling av brikke i startøyeblikket.
- Kart, terreng:** Utsnitt av Rakke/Stavern. Målestokk 1:7500 ekv. 5 m
- Lettløpt terreng med en del stier, noe små kupert. Noen jorder er høstsådd og er forbudt å løpe over, disse er skravert på kartet. De to lengste løypene vil komme borti noe svaberg, her kan det være sleipt og glatt. Piggsko anbefales.
- Løypelengder:** A-Lang: 5640 m. Gafling: Enkel sommerfugl.
- A-Kort: 3620 m.
- C løype: 2630 m.
- Hengende EKT + refleks på alle poster.