

## **PM NATTCUPløp nr. 4**

### **onsdag 13. januar 2016**

#### **KLASSER OG LØYPER**

**DA og HA: 4,0 km.** 2 sløyfer på hhv 2.1 og 1,9 km

**DB og HB: 3,3 km.** 2 sløyfer på hhv 1.6 og 1,7 km

**DC og HC: 2,5 km.** 2 sløyfer på hhv 1.3 og 1,2 km

Alle løyper passerer start /mål/samling etter en sløyfe (halveis).

#### **START OG UMLEVERING AV KART / PASSERING HALVEIS**

**Det er fleksi-start mellom kl. 18:45 og 19.15.** Start /mål/ passering ved samlingsplass.

Kartene er 2-sidig med ett trykk på hver side. Løypene er kalt A1 og A2, B1 og B2, C1 og C2.

Halvparten vil løpe A1 først og den andre halvparten A2 først ovs.

Når du starter skal du derfor løpe den løypen som ligger **opp** først.

C-løperne får kartet utlevert ved frammøte. Starteren vi si i fra hvilken sløyfe du skal løpe først slik at en løper ut på annen hver sløyfe.

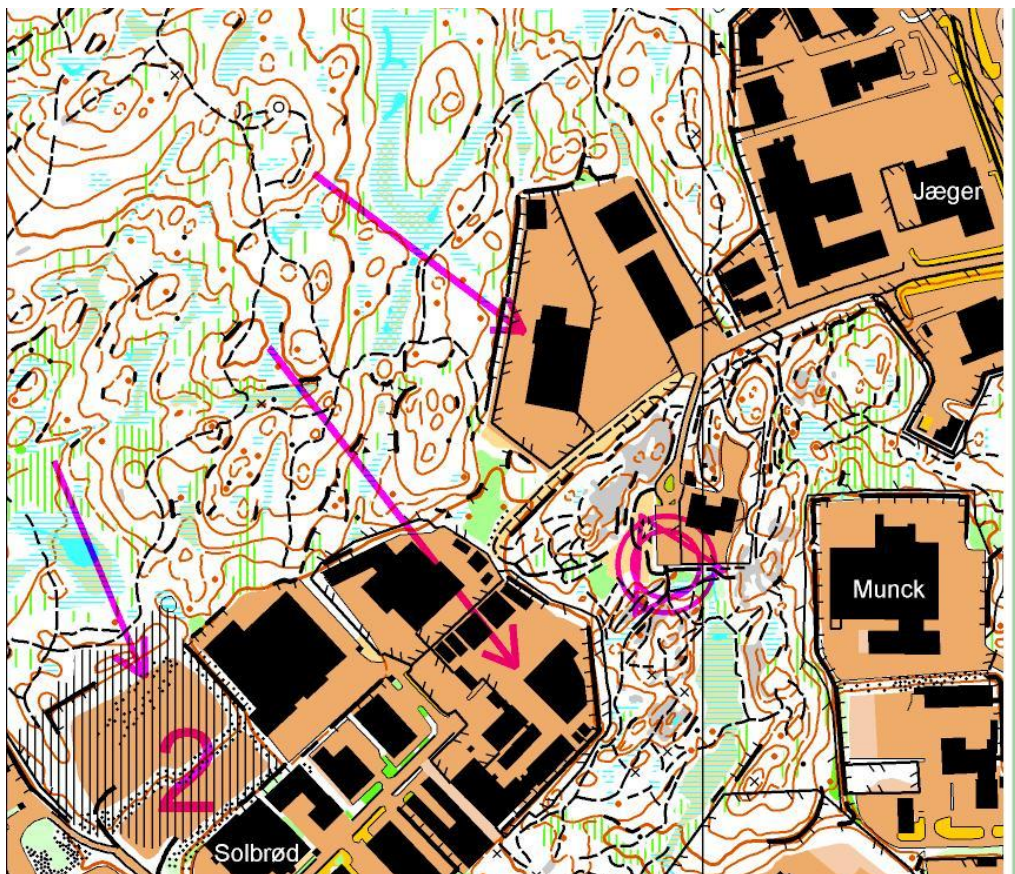
Når du er ferdig med første sløyfe skal du innom start/mål/veskling. Du skal da legge brikken på den bukken som er merket med **VEKSLING**, snu kartet og løpe videre på runde 2.

**MÅL BUKKEN** er under lyktestolpen litt nærmere huset og merket med 2 postskjermer.

Løypene er delvis gaflet mot hverandre og det skal startes hvert halve minutt, annenhver på hver gafling.

Det er ingen løse postbeskrivelser.

Kart til A- og B-løypene tas i startøyeblikket.



Merk at starttrekant om mål er tegnet "oppå hverandre" på samme sted.  
Tallet 2 : En gang står det et postnr tall i et skravert felt. Det er da ikke så lett å se.

**FORBUDTE OMRÅDER :** Se pilene på kartutsnittet. Det sorte skraverte feltet er en anleggs plass som er forbudt å løpe på. Det er forbudt å krysse upasserbare gjerder. En del næringseiendommer er omringet av upasserbare gjerder. Disse kunne like gjerne vært tegnet med "hagegrønnt", men det er det ikke her da det noen ganger er lov å ferdes der.

Lykke til !