



TROLLELG inviterer til 7 utgave av Heimdal vinter-sprint.

PM

Fredag : Åsheimhallen, fri start mellom kl 1800-1900, husk refleksvest og kartlys.
Lørdag: Åsheimhallen, start fra kl 1030, se startliste som legges ut fredag kveld.

Vi har fått tillatelse til å benytte hallen og ber dere respektere forbud mot **o-sko innendørs**.

Start ved arena begge dager. Parkering i området rundt skolene og hallen. Samkjør om mulig.



Løyper

Dag	Klasser	Luftlinje	Løpslengde	Ant poster	Stigning
Fredag	Herrer	3,8 km	5,4 km	12	40 m
	Damer	3,3 km	4,5 km	11	30 m
	Åpen	3,3 km	4,5 km	11	30 m
Lørdag	Herrer	4,2 km	6,4 km	14	50 m
	Damer	3,5 km	5,3 km	11	40 m
	Åpen	3,5 km	5,3 km	11	40 m

Løse postbeskrivelse fås i sekretariatet.



Kart

Fredag : 1:4000 , 2,5 m ekv
Lørdag : 1:5000 , 2,5 m ekv.

Generell info:

Hovedveier er markert som forbudt området, se kartoppslag begge dager.

Ved kryssing av vei vis hensyn, det er stedvis høge brøytekanter og det kan være vanskelig å se hva som kommer fra sidevei.

Føreforhold.

Torsdag er det meget gode forhold, godt brøytet og gruset, se bilder.

Anbefaler uansett o-sko med dubber og bruk gjerne hansker. Kan være noen glatte overganger mellom asfalt/is og is/snø. Grusen er ganske kantete og hansker kan være godt å ha skulle en være uheldig å falle.



Premiering:

1/8 beste i H17-, D17-, min 3 premier i hver klasse hvis mer enn 10 fullførte

1/3 premiering i H-16, D-16, min 3 premier i hver klasse

Premie til vinner i D/H40- og D/H60-.

Kontaktperson: Per Einar Pedersli , 99470205 evt. ppedersl@online.no

Velkommen!