



PM STOK'S UNGDOMSLØP NR. 1 TORSDAG 12. MAI 2015

- Samlingsplass:** Rosten skole, Østre Rosten 43. <http://kart.gulesider.no/m/AtkM7>
- Atkomst:** Nærmeste bussholdeplass er KVT eller City Syd. Bussrute 46 fra sentrum eller rute 19 fra Byåsen, Flatåsen m. m. Sykkel: Tilleruta langs Østre Rosten og videre på gangbru over Østre Rosten mellom 43 og 47. Bilparkering ved Tiller VGS, Østre Rosten 47. <http://kart.gulesider.no/m/757qz>
Alt. bilparkering utenfor KVT; <http://kart.gulesider.no/m/r1xbG>
- Kart:** Utsnitt av Tillerbyen. Målestokk 1:4000 Ekvidistanse 2m. Sprintnorm
- Terreng:** Terrengtet består av myrer, stier og noe asfalt for de lengste løypene (90 % terreng/sti og 10 % asfalt/plen). Heldekkende tøy og o-sko anbefales!
- Stemplingsystem:** Det benyttes Emit i alle klasser. Klubbene må sørge for Emit-brikker til sine egne løpere.
- Klasser og løype-lengde:** Løperen er selv ansvarlig for å ta rett kart. Løypene er tatt ut ifra at det er løp nr.1 og er derfor overkommelige for alle.

Løype	Lengde	Nivå	Klasser
1	1,3 km	N	N-Åpen
2	1,4 km	N	D11-12N H11-12N
3	1,6 km	N	D13-16N H13-16N
4	1,3 km	N/C	D10 H10
5	1,6 km	C	D11-12 H11-12 D13-16C H13-16C
6	1,9 km	B	D13-14 H13-14 D15-20B H15-20B
7	2,6 km	A	D15-16 D17-20
8	3,0 km	A	H15-16 H17-20

Kart for løype 1 – 5 er lagt i lagsposene. Skyggekart for nybegynnerløypene fås ved start.

Postbeskrivelse: Løse postbeskrivelser finnes ved start for de tre lengste løypene. Postbeskrivelser med IOF-symboler er trykket på alle kart, i tillegg er postbeskrivelse i klartekst trykket på kartet for N-åpen, D/H11-12N, D/H13-16N, D/H10, D/H11-12 og D/H13-16C.

Start: Sør på arena. 90m merket til startpost.

Første start kl 1800. N-åpen har fri starttid. Øvrige klasser har starttid i henhold til startliste som legges ut på Eventor onsdag kveld.

Spurtstrek: Strekket fra sistepost til mål er dagens spurtstrek og inngår i kampen om spurtrøya! Spurtstrekket går gjennom skolens uteområde, så se opp for ujevnheter i form av kantstein og eventuelle andre hindre.

Ansvarlige:

Løpsleder;	Inge Nørstebø, OL Trollelg
Løypelegger;	Anders Haugskott, OL Trollelg
Kontrollør;	Vegard Grønli, Freidig