



PM

2-mannsstafett Kalbergskogen 27. juli 2016

Parkering	Langs Kalbergvegen. NB! Parker slik at veien og avkjøringer ikke blir blokkert.
Samlingsplass	Pumpehus i skogen, følg veien opp til samlingsplass.
Påmelding	I Eventor, men løperne må også skrive seg på skjema på samlingsplass.
Betaling	Kr 30, - per person, kontant ved start (husk småpenger).
Kart	Kalbergskogen 1:5 000, ekvidistanse 5 m, utgitt 2012
Løypene	Stafett: 4 sløyfer mellom 1,1 – 1,3 km NY: 1,4 km Lang: 3,5 km
Start	Fellesstart kl 18:00. Individuelle løpere kan starte utenom fellesstart
Brytetid	Kl 20:00

Slik fungerer 2-mannsstafetten:

Det vil være 4 løyper (1 til 4) som er 1,2 til 1,4 km.
De som løper stafetten må finne seg en partner og avtale startrekkefølge.
Lagene velger fritt hvilken løype de skal løpe først, men man skal tilstrebe at det på starttidspunktet omtrent er like mange løpere i hver av de 4 løypene.
Begge lagkamerater fullfører samme løype før man går videre til neste.
Hvert lag må huske å legge tilbake kartene etter fullført etappe. Starttiden for lagene begynner når første etappe stempler på startposten. Løperne må alltid huske å stemple på startposten etter veksling, slik at brikken nullstilles.
Unntak: Dersom en løper bruker lang tid på en etappe, kan partneren velge å løpe ut før løperen kommer inn til veksling. Totaltiden vil uansett bestå av tidene fra brikkene.
I løpet av ventetiden mellom etappene, skriver ventende løper ned sin løpsti på opphengte lister slik at deltagerne kan følge utviklingen i stafetten.
Skriv leselig!!

Det er også mulig å løpe alene. Lykke til!

