



## PM Myrsprinten / KM Sprint Hedmark & Oppland 2016

### Vang OL har gleden av å ønske velkommen til den 22. Myrsprinten!

**Tid:** Lørdag 20. August kl. 14.00

**Frammøte:** Brumund Sæter. Merket fra Gåsbu.  
Bomavgift kr 70,- ved Gåsbu. Tar mynt og kort.  
800-1000 m å gå fra parkering til samlingsplass.

**Kart:** Brumund Seter. Utgitt august 2016.  
Målestokk 1:5000 for alle klasser. Ekvidistanse 2 m.

**Terreng:** Stort seterområde og hyttebebyggelse. Åpen skog og fint fjellterreng. Meget god løpbarhet. Alle løpere passerer noe trafikkerte veger og det er en del beitedyr i området. - Vis hensyn!  
Før start er det et par områder som er forbudt for løpere; Sæter vangen sør for samlingsplass, vegen sør for start og terrenget vest for arena.  
Vi håper alle følger dette og viser Fair play!

Løype	Nivå	Løype	Klasser
1	A	2,9 km	<b>H21</b>
2	A	2,8 km	<b>D21, H17-20, D17-20</b>
3	A	2,5 km	<b>H15-16, D15-16, H35, D35</b>
4	A	2,2 km	<b>H45, D45</b>
5	A	2,0 km	<b>H55, D55</b>
6	A	1,8 km	<b>H65, D65</b>
7	A	1,5 km	<b>H75, D75</b>
8	B	1,7 km	<b>H13-14, D13-14</b>
9	N	1,1 km	H11-12N, D11-12N, H10, D10
10	N	1,4 km	H13-16N, D13-16N, H17N, D17N
11	C	1,6 km	H17C, D17C, H11-12, D11-12, H13-16C, D13-16C
12	N	0,9 km	N-åpen

**Rødt er KM-klasser.**

**Start:** Første start kl. 14.00. N-åpen kan starte fra 13.00. Ca. 100 m sør-vest over veien fra samlingsplass. Merket med oransje og hvite bånd. Oppropstid 3 min. før ordinær starttid.

Alle N- og C-klasser får kartet i lagsposen. Øvrige klasser får kartet i startøyeblikket.

Alle løpere skal bære startnummer. Disse fås på start (selvbetjening). Backup-lapper og løse postbeskrivelser fås også på start.

Postene henger svært tett, så sjekk koder!

**Etteranmelding:** Etteranmelding kan skje inntil en time før start mot tilleggsavgift på hhv. kr 35,- t.o.m. 16 år og kr 70,- f.o.m. 17 år. Ingen tilleggsavgift for løpere 12 år og yngre. Etteranmelding kan gjøres på mail: [hjordhei@online.no](mailto:hjordhei@online.no). eller på tlf. 970 93 470.

**Løperbrikke:** Det benyttes EKT kvitteringssystem.

Det er mulig å leie brikke for kr. 30,-  
Leiebrikker som går tapt må erstattes.

**Premiering:** Premier i henhold til NOF's regler.

Premier til alle under 12 år.

**Småtroll:** Ved arena. Gratis å delta!

**Vask/Toalett:** Våtklutmetoden. Kun toalett på samlingsplass.

– Vis hensyn til hytteeiere!

**Sanitet:** Førstehjelp på samlingsplass.

**Salg:** Det blir salg på samlingsplass. Brumund Fjellstue (300m fra arena) er også åpen fra 12.00-16.00. Husk småpenger!

**Løpsledere:** Pål Stenberg: [steneien@online.no](mailto:steneien@online.no), tlf. 901 12 913.

Stein Arne Negård, tlf. 901 89 929.

**Løypelegger:** Kenneth Bilstad, tlf. 908 90 438.