



**PM**

## **Nammo Cup 2016 Etappe 4 – Fossberget i Vallset, Stange kommune onsdag 24. august 2016**

**O-laget Vallset/Stange ønsker velkommen til etappe 4 i Nammo-cup 2016, Fellesstartetappen. Løpet er en langdistanse med fellesstart (for alle klasser unntatt N-Åpen) på kartet Fossberget utgitt i 2006, korrigert i 2015/2016.**

### **Vegbeskrivelse, samlingsplass og parkering**

Samlingsplass er på sørsiden av Mellomriksen (kommunal veg vest for Harasjøen i Stange). Kjør FV 24 til Gata i Vallset og derfra FV 24 videre ca. 4,5 km i retning Kongsvinger til du kommer til nordenden av Harasjøen (skarp høyresving). Det er merket med o-poster herfra. Kjør FV 24 videre 6-700 meter, ta deretter merket veg til høyre (Mellomriksen). Derfra snaut 1 km til samlingsplass. Parkering langs vegen. Det kan bli inntil 500 meter å gå fra parkering til samlingsplass.

### **Trøyeseiremoni**

Utdeling av ledertrøyer, spesial- og spurtrøyer på samlingsplass kl. 17.30.

### **Start**

Start 1 og 2 ligger i kort avstand fra samlingsplass, på nordsida av Mellomriksen.

Start 1: N-Åpen, C-Åpen og D/H11-12.

Start 2: D/H13-14, D/H 15-16, D/H 17-20.

Alle klasser, bortsett fra N-Åpen, har fellesstart.

Første ordinære start kl. 18.00. N-Åpen-løpere har fri starttid og kan starte fra 17.45 (Start 1).

Husk å sjekke at du starter med riktig brikkenummer.

Kartene på fellesstart er merket med startnummer.

Løperne er sjøl ansvarlige for å ta riktig kart.

Alle løpere skal bære startnummer som finnes i lagspesene. Reklame skal ikke brettes bort. Brudd på dette medfører diskvalifikasjon.

Selvbetjening av backup-lapper ved begge startsteder. Oppvarming på vegen ved samlingsplass.

## Kart

Fossberget, utgitt i 2006 og korrigert i 2015/2016. Målestokk: 1: 10 000. Ekvidistanse: 5 meter.

Kart til N-Åpen, C-Åpen og D/H 11-12 ligger i lagsposene. Øvrige klasser tar kartet ved start. Det vil være ledsagerkart for klasse N-Åpen ved Start 1.

## Terreng

Gammelskog med mye lyng. Det er en del nyere hogstflater, og stier og tømmerlep er lagt inn på kartet. Noen utydelige slep er ikke med på kartet. Små stier kan være utydelige. Det er en del nyere dyretråkk fra beitedyr.

## Løyper

| Klasse    | Løypelengde (km) | Antall poster |
|-----------|------------------|---------------|
| N-Åpen    | 2,3              | 13            |
| C-Åpen    | 2,0              | 9             |
| D/H 11-12 | 2,0              | 9             |
| D/H 13-14 | 3,7              | 12            |
| D 15-16   | 4,9              | 12            |
| H 15-16   | 5,6              | 16            |
| D 17-20   | 5,6              | 16            |
| H 17-20   | 7,4              | 20            |

Gafling. Oppfangende merking mot siste post for N- og C-løyper.

## Spesialtrekk

|             |                        |
|-------------|------------------------|
| C-Åpen :    | Fra siste post til mål |
| D/H 11-12 : | Fra siste post til mål |
| D/H 13-14:  | Fra siste post til mål |
| D 15-16:    | Mellom 9. og 10. post  |
| H 15-16:    | Mellom 13. og 14. post |
| D 17-20:    | Mellom 13. og 14. post |
| H17-20:     | Mellom 16. og 17. post |

## Viktig informasjon om veg, farlig myr og beitedyr

NB! Alle løpere (også N-løpere) skal passere en bilveg, eventuelt løpe langs bilveg.

Vær obs. på biltrafikk!!!

N-Åpen, C-Åpen og D/H 11-12 har løyper som passerer gjennom område med stier nær upasserbar/farlig myr. Det er satt opp sperrebånd mot myrområdene enkelte steder.

Det går beitedyr i området, så løperne må være forberedt på at de kan møte storfe i skogen.

### **Servering**

Alle løpere får en skål med frukt og løperdrikke ved målgang. Andre som ønsker frukt kan kjøpe det på samlingsplass. Det er også salg av kaffe og kaker.

### **Løyper for voksne**

Under Nammo-cup er det ikke løpstilbud for voksne. Her er de voksnes oppgave å heie og støtte de unge løperne.

### **Løpsledelse**

Løypelegger: Kjersti Narum

Løpsleder: Ragnhild Skogsrud