

PM - STOKs Ungdomsløp nr 7, 2016

Arrangør: Nidarøst OK

Arena:

Hoeggen skole.

Parkering ved fotballbanen på Steindal skole. Merket fra Utleirvegen . Avkjøring fra «omkjøringsvegen/E6» ved Nardokrysset..

Avstander:

Parkering- Arena: ca 250 m langs sti/veg

Arena – Start: ca 500 langs sti/veg

Terreng:

Løypene går i området Othilienborg/Risvollan.

En blanding av boligområder med asfalterte veger/gangveger, gressområder og litt skog og skogstier.

Det er trafikkerte veger i områder, så vær forsiktig ved kryssing av veger/parkeringsplasser.

Vis hensyn til andre (beboere/fotgjengere/syklister mm) i området.

Kart:

Othilienborg/Risvollan. Målestokk 1:5000 Ekvidistanse 2 m

Forbudte/private områder:

Plener/private områder (markert med «olivengrønn») farge er forbudt.

Start:

* 1800: Fellesstart for klassene D13-14, D15-16, D17-20, D15-16B, H13-14, H15-20B

* 1804: Fellesstart for klassene H15-16 og H17-20

De som deltar i fellesstarten må nullstille brkken før start.

Det er ikke måldommer for disse klassene, og rekkefølgen bestemmes av brikkens stemplingstid i mål.

* N-åpen har fri start i perioden 18.05 – 18.50

* Øvrige klasser har starttid ihht startliste. Opprop 3 min før starttid.

Startpost: Alle løyper har startpost ca 50 m etter start.

Løse postbeskrivelser og ledsagerkart (svart/hvitt) er tilgjengelig ved start.

Klasser og løyper:

Klasse	Løypelengder
N-åpen	1.5 km
D/H -10	1.7 km
D/H 11-12N	1.7 km
D/H 13-16N	2.0 km
D/H 11-12 , D/H 13-16C	2.4 km
D/H 13-14 , D/H 15-20B	2,8 km
D15-16, D17-20	3.3 km
H15-16, H17-20	3.8 km

«Spurtstrekk»:

For klassene 13-14, 15-16 og 17-20 er det spurtstrekk (som teller med i sprintkonkurransen) fra siste post til mål,

Salg: Det er vanlig kiosksalg med godt utvalg av kaker, kaffe, brus mm.

Toaletter: Disse er inne på skolen. NB: O-sko med pigger er forbudt innendørs!

Løpsleder: Anne Sofie Gjermstad

Løypeleggere: Halvor Flatberg og Kåre Aflekt