



Heming orientering

PM for Hemingnatta

Onsdag 2.november 2016

Heming orientering ønsker løpere, ledere, familier, presse og publikum velkommen til Jegersborgdammen og Hemingnatta. Samlingsplassen er ved Jegersborgdammen like ved Bogstad gard (10.628358°Ø, 59.972617°N). Herfra 300m å gå til samlingsplass merket med bånd. Vi regner med at alle biler kan parkeres på Bogstad gard. Alternativt kan Bogstad badeplass' parkeringsplass benyttes.

Start: Fellesstarten går kl. **19.00** i klassene Vrien og Røkla. Veldiglett har fri start mellom kl.18.30, og 19.30. Veldiglett har start på arena. Vrien og røkla har felles oppvarming til start 18:40. Ca. 600m med noe stigning.

Alle bes møte opp senest 18:20 for registrering. Her vil Vrien – klassene motta et tall ved registrering som samsvarer med kart på start. Det er gafling, så husk tallet ditt godt.

Nulling av brikke skjer på ved startområde for fellesstartklassene. Ordinær startmetode for veldiglett.

Løypelengder/klasser/nivå:

5.3km – A	Vrien – Herre
5.3km – A	Vrien – Dame
3.2km – B	Røkla
1.6km – N/C	Veldiglett

Kart: Jegersborgdammen, utgitt 2012, revidert sommeren 2016. Målestokk 1:7500 for alle klasser. Ekvidistanse 5m. Bra kvalitet.

Terreng: Strikt nærterreng med større og mindre stier. Skogen innbyr til dels til stor fart med en relativt flat kupering. I nordre del av kartet finner man åpen skog, og i søndre del noe brattere, og mer ulendt. Løpbarhetene er gjennomgående god med unntak av noen områder med tett skog. Det er et

omfattende sti og veisystem i terrenget. Noen av stiene kan være vanskelig å følge der de går over koller eller gjennom hogstfelt som er i ferd med å gro igjen. Det finnes noen myrer i terrenget. I noen bakkeskråninger finnes det urer med store blokkstein som er vanskelige å forsere. Vis forsiktighet! Det er noe steinete i deler av terrenget.

NB! Poster: Alle poster er markert med refleksrør, og emit stimplingsenheter. Det vil ikke forekomme postflagg.

Spredningsmetode: Alle løypene i Vrien og Røkla er gaflet med en spennende spredningsmetode. Vær obs på rekkefølgen på postene dine. Postene henger tett, så sjekk koder. Postbeskrivelser er trykket på kartet, ikke løse.

Målgang: Det vil være målstrek. Målstempling i etterkant etter instruksjoner av måldommer.

Etter målgang vil alle få en strekktidlapp, og MÅ deretter registrere tiden sin på neste bordet de kommer til. Diskkontroll vil skje i etterkant, før resultatene kommer på eventor.

Premier: Gratis kake til alle og enhver etter løpet!

Løperdrikke: Selvbetjening fra vandunk.

Toaletter, småtroll, barnepark, dusj, salg: Nei

Løypelegger: Bjørn Anders Flågen & Kasper Fossler

Løpsleder: Ulrik Astrup Arnesen

Heming Orientering ønsker alle velkommen ☺

The logo for Heming Orientering, featuring the word "HEMING" in a bold, green, sans-serif font. The letters are stylized with a slight shadow effect, giving them a three-dimensional appearance. The 'H' and 'G' are particularly prominent.