

PM TØFFEN 2016

Mandag 26. desember

Frammøte/Arena

Arena innendørs i Stavernshallen. Merket fra fv. 301 i Stavern. Parkering ved arena. Det er tilgang til garderober med dusj. Vi har en enkel kiosk med kaffe, kaker, vafler og brus.

Start

Fellesstart kl. 11.00, se tabell under. Merket til start, 6-7 minutter rolig jogg (1km) til start for alle løyper unntatt Tøffer'n, som starter ved arena. De to korteste løypene har fristart fra 10.30-11.00. Om noen ønsker tidligere start så er vi fleksible, kontakt løpsleder for avtale. Deltagere i Tøffer'n får løpskart på arena.

Løyper

Tøffen	9,94km	25 poster	Fellesstart kl. 11:00
Tøffeln	4,89km	16 poster	Fellesstart kl. 11:00
Tøfflus	3,20 km	9 poster	Fristart mellom 10:30-11:00
Tøffer'n (N)	1,56 km	9 poster	Fristart mellom 10:30-11:00

Tøffen har væskepost med deilig Juno-saft etter 5,8km.
Tøffen-løypa har mange poster og mange kryssende strekk. Pass på at du løper til riktig post!

Terreng

Kystterreng med mange stier. **En del forbudte områder er skravert på kartet, respektér disse!** Ingen forbudte områder er merket i terrenget. Dyrket mark som ikke er skravert på kartet er tillatt å løpe på. Vis hensyn rundt hytter- ikke løp over plattinger o.l. All løping på olivengrønt område «hagegrønt» er forbudt!

Flotte løpsforhold i terrenget, værmeldingen sier plussgrader hele julen. Svaberg kan allikevel være glatte, sko med godt feste anbefales!

Kart

Rakke, 1:7500 (Tøffen) og 1:5000 (Tøffeln og Tøfflus). Skråvika 1:5000 (Tøffer'n). Kart er tegnet av Helge Gisholt 2013-2015, korrigert i 2016. Kartene er i format A3 (unntatt Tøffer'n) og er trykket på vannfast papir.

Etteranmelding

Fortsatt mulig- uten tillegg i pris. Helst i Eventor til 25.12 kl. 23.00, deretter kun på arena frem til kl. 10:30.
Påmelding kr 120,- Tøffer'n (2 km) kr 60,-
Faktureres klubbene i etterkant.

Premier

Gavekort fra Sport8 til vinner i hver klasse, raskeste mann og kvinne i hver løype. Premie til alle i Tøffer'n.

Løpsleder/ løypelegger

Jørn Sundby, jorn@sundbysport.no / 916 10 559

Vel møtt til tradisjonsrik sesongavslutning i Larvik!