

PM

KRISTTORNSPRETTEN laurdag 1. april

Velkommen til ein løpshelg fylt med fart og spenning. Våren er den absolutte finaste tida å ferdast i Stord terrenget. Graset har ikkje starta å veksa skikkeleg enda, noko som gjer det lettare å løpa.

Som de har sett av innbydinga vil me i år prøve noko nytt. Alle klassar (unnateke nybyrjarar) konkurrerer mot kvarandre. Klassane er gradert med ekstra postsløyfer. Første løpar i mål (med korrekt løp/stempling) vinn; eit spenningsløp!

Kart: Alle løypene er i målestokk 1:7500 med 5m ekvidistanse.

Terreng: Vekslande mellom moderat tunge myrer og høgreist furu og granskog med middels tung løpsbotn. Området har ein del skogsvegar og dyretråkk. Ein del nyhogst i området men det meste er innteikna.

Start: Samme start for både Sparebankløpet og Kristtornspretten, 10-15 min (ca 900 m) å gå nordover på vei. Sjå kartoppslag.

Løparar i Sparebankløpet har fri start frå kl 14:00-15:15.

Alle løparar i Kristtornspretten startar på fellesstart kl 15:00.

Pass på å vere presis så ikkje starten går utan deg 😊!

Då er det berre for oss å ynskje god tur i skogen alle O-venner. Måtte den beste vinne. Kanskje det er akkurat deg ? 😊

Det er lause postbeskrivingar til Kristtornspretten!

SPAREBANKLØPET laurdag 1. april

Sparebanken Vest løpet – nybyrjarløype + C-løype: Første start kl 14.00.



Nivå	Klassar	Lengd	Startstad	Første start
C	C-Åpen	2.7 km	10-15 min. å gå	frå 14:00
Nyb.	D-12N, H-12N, D/H 13-16N, N-Åpen	2.2 km	10-15 min. å gå	frå 14:00

Bli gjerne med dykkar håpefulle rundt løypa. Det er alltid populært no tidleg i sesongen når kanskje ikkje alt det o-tekniske er heilt på plass.

KRISTTORNSPRETTE: **Fellesstart: kl 15.00 OBS:** Det er litt nytt konsept i år.

Løypenr	Klassar	lengde	nivå
1	H17-39	6,2 km	A
2	H15-16, H40-49, Åpen2	5,1 km	A
3	D17-39, H50-59, Åpen3	4,5 km	A
4	D-16, H-14, D40-, H60-, Åpen4	3,5 km	B

Alle løyper startar samtidig på ein fellesstart. Første løpar til mål, uansett løype, er totalvinnar av løpet, (unntatt klassane Åpen2, Åpen3 og Åpen 4 som ikkje inngår i konkurransen). Løype 4 er "grunnstamma" i løpet, løype 3 har i tillegg ein sommarfugl, løype 2 har to sommarfuglar og løype 1 har 3 sommarfuglar. Så får me håpa me har truffe bra med dei ulike løypelengdene :-)

Pass på så du ikkje spring feil vei i sommarfuglane, følg postrekkefølgjen og sjekk kodane godt!

Klassane Åpen2, Åpen3 og Åpen4 er opne klassar utanom konkurranse.

LYKKE TIL ALLE O-VENNER! DETTE BLIR UTRULEG KJEKT ☺

PM

Velkommen til dag to i ein løpshelg fylt med fart og spenning. Våren er den absolutte finaste tida å ferdast i Stord terrenget. Graset har ikkje starta å veksa skikkeleg enda, noko som gjer det lettare å løpa.

KRISTTORNLØPET (Langdistanse) søndag 2. april

Kart: Laserkart med trykkeskala:

Løype: 1-2 1:10000, Løype: 3-6 1: 7500, Løype 7-8 1: 5000. Ekvidistanse: 5m

Terreng: Variert vestnorsk skogsterreng, furuskog og myrlendt med store innslag av gammal og ny planteskog av gran. Løpsbotn er middels tung.

Start: Første ordinære start kl. 12.00. N-Open kan starta frå kl. 11.15.

Start 1: Løype 1-8. 1.2km / 10-15 min

Pass på å vere presis så ikkje starten går utan deg ☺!

KRISTTORNLØPET:

	Klassar	Lengde	Nivå	Vegleiande vinnartid
1	H19-	8,8 km	A	60-80 min
2	D19-, H17-18, H40-, H19-AK	5,5 km	A	50 min
3	D17-18, D40-, H15-16, H50-, A-åpen L3	5,4 km	A	45 min
4	D15-16, D50-, D60-, D17-AK, H60-, H70-, A-åpen L4	3,7 km	A	40 min
5	D13-14, D70-, D35-K, H13-14, B-åpen	2,4 km	B	30 min
6	D/H10, D11-12, H11-12 , D/H13-16C, D/H17-C	2,2 km	C	25 min
7	N-åpen lang	2,2 km	N	25 min
8	D/H11-12N, D/H13-16N, N-åpen kort	1,5 km	N	20 min

D/H = ein felles klasse, L3 = løype 3, L4 = løype 4

Då er det berre for oss å ynskje god tur i skogen alle O-venner. Måtte den beste vinne.

Kanskje det er akkurat deg ? ☺

