



**SAMNANGER IL OG VAREGG FLERIDRETT YNSKJER VELKOMEN TIL  
PUBLIKUMSLØP I SAMBAND MED NM ULTRALANG FOR JUNIOR OG  
SENIOR SØNDAG 20. AUGUST 2017.**

**Start:**

Fleksistart mellom kl 10.00 – 11.30, ca 25 – 30 min å gå frå arena (NB! Stigning!). N og C klassar ca 5 min å gå frå arena.

**Arena**

Furedalen Alpin, Kvamskogen. **Merk:** Parkeringsavgift kr 50.-.

Kiosk, kafeteria med middagsservering og sal av sportsutstyr (Sport 8) på arena.

**Klassar og løyper publikumsløp**

KLASSE	LØYPE- LENGDE	NIVÅ	MÅLESTOKK	TID Å GÅ TIL START	STARTINTERVALL
H/D 5 KM	Ca 5 km	A	1 : 7.500	25-30 min	Fleksistart mellom 10 - 11.30
H/D 4 KM	Ca 4 km	A	1 : 7.500	25 - 30 min	Fleksistart mellom 10 - 11.30
H/D 3 KM	Ca 3 km	B	1 : 7.500	25 - 30 min	Fleksistart mellom 10 - 11.30
H/D 2,5 KM	Ca 2,5 km	C	1 : 5.000	5-10 min	Fleksistart mellom 10 - 11.30
H/D N 1,5 KM	Ca 1,5 km	N	1 : 5.000	5 - 10 min	Fleksistart mellom 10 - 11.30

Me gjer merksam på at løypelengdene kan verta noko justert. Dette vert synleggjort på nettstaden/Eventor i god tid før løpa.

**Kart:**

«Kvamskogen», utgitt 2017. Print. Målestokk 1:7.500/ 1: 5.000, ekvidistanse 5 m. Sjå løypelengder ovanfor

**Løpsantrekk og sko**

I henhold til NOF's reglement.

### **Beskrivelse av terrenget**

Kvamskogen er Bergens skiferieområde med tusenvis av hytter og fleire alpinanlegg. Løpsområdet strekkjer seg frå hyttebebyggelsen på ca 350 moh og opp til snaufjellet på ca 650 moh. Terrenget er variert frå opne myrområder, hytteområder og til snaufjell med innslag av berg i dagen med mange pyttar. Det er generelt god løpbarhet i heile løpsområdet.

### **Løpskontor**

På arena fra 08:00

### **Tidtaking**

Me nyttar EMIT brikker for tidtaking og stempling.

### **Ordinær påmelding**

Påmelding Publikumløp: <http://eventor.orientering.no/Events/Show/7582>

### **Påmeldingsfrist**

Onsdag 16. august kl 21.00

### **Etteranmeldingfrist**

Fredag 18.august kl 21.00

Det er moglegheit for direktepåmelding på løpsdagen fram til kl.10.00.

### **Startkontingent**

A- og B-løyper: Kr 70.-. C- og N- løyper: Kr 50.-.

Pris leigebrikke 30 kr

Startkontingent vert fakturert klubben i ettertid.

### **Premiering**

N/C-klassar: Alle får premie. Andre: «Hamla» premiering

### **Reise / Kommunikasjon**

Frå Bergen sentrum og Flesland til arena på Kvamskogen er det ca 60 km (1 time) med bil. Frå

Norheimsund i Hardanger er det ca 10 km med bil. Parkering på arena.

For eventuell rutebuss (75min frå Bergen Sentrum), sjekk [www.skys.no](http://www.skys.no)

### **Nøkkelpersonar:**

Løpsleder Åse Waage Tveit, Samnanger IL,

tlf 951 83 762 - [awtveit@online.no](mailto:awtveit@online.no)

Løypelegger Trond Haugen, Samnanger IL

tlf 979 72 719 - [trond.haugen@bkkfiber.no](mailto:trond.haugen@bkkfiber.no)

**Informasjon:** Opplysningar om løpet via e-post til løpsleder

**Heimeside:** [www.nmultra2017.no](http://www.nmultra2017.no)

### **Overnatting**

- Kvamseter Lodge
- Bjørkheim Kro og Motell
- Thon Hotel Sandven

For rabatt, oppgi NM Ultra 2017 som referanse