

PM - KM sprint og KM sprintstafett Søndag 21. Mai 2017

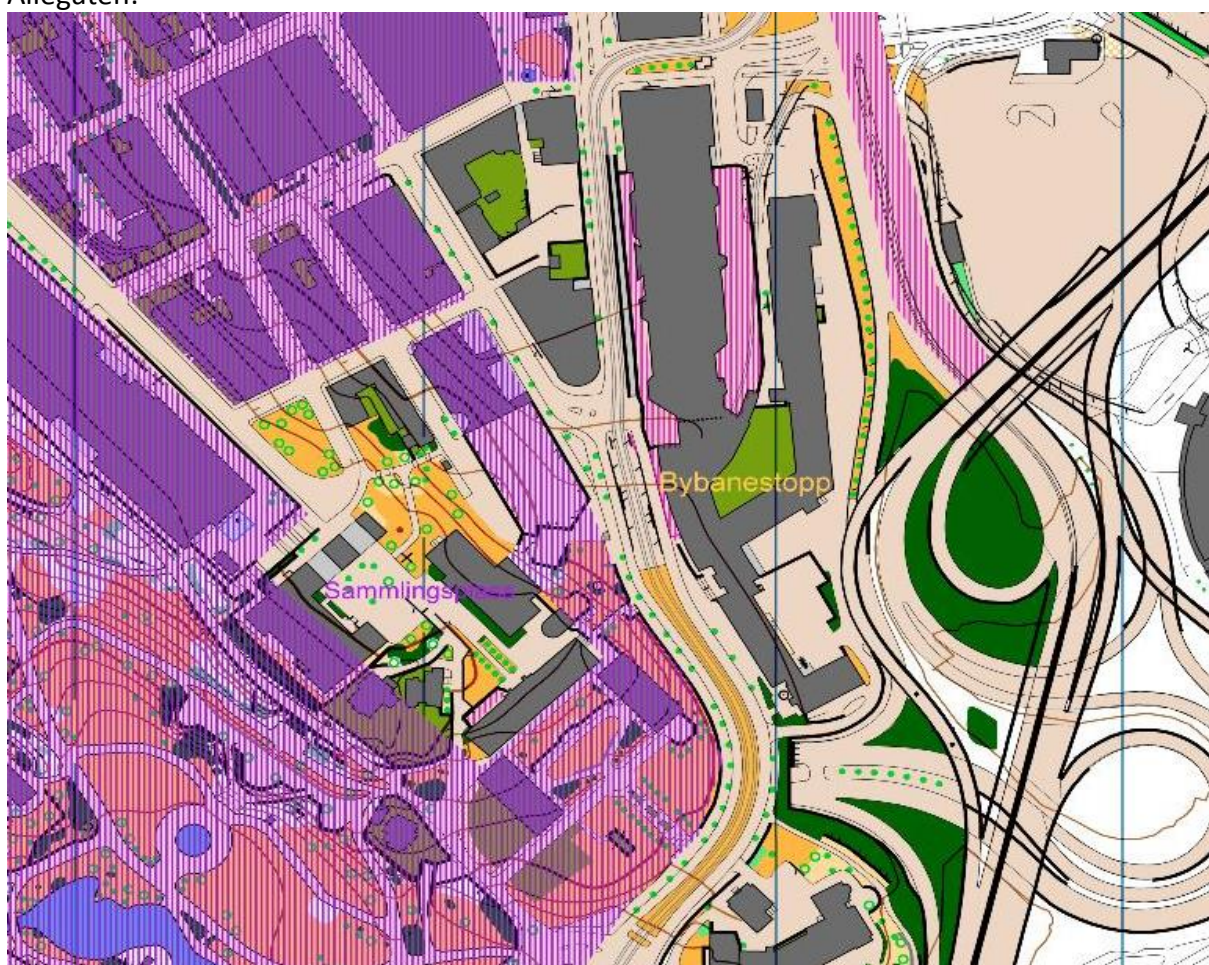
Samlingsplass

er området mellom Realfagbygget og Fysikkbygget (Allégaten 55), UiB, Bergen sentrum. Lett å finne områder med beskyttelse for regn. F.eks. takskjegg og overbygg. Lagstelt også mulig på gress.

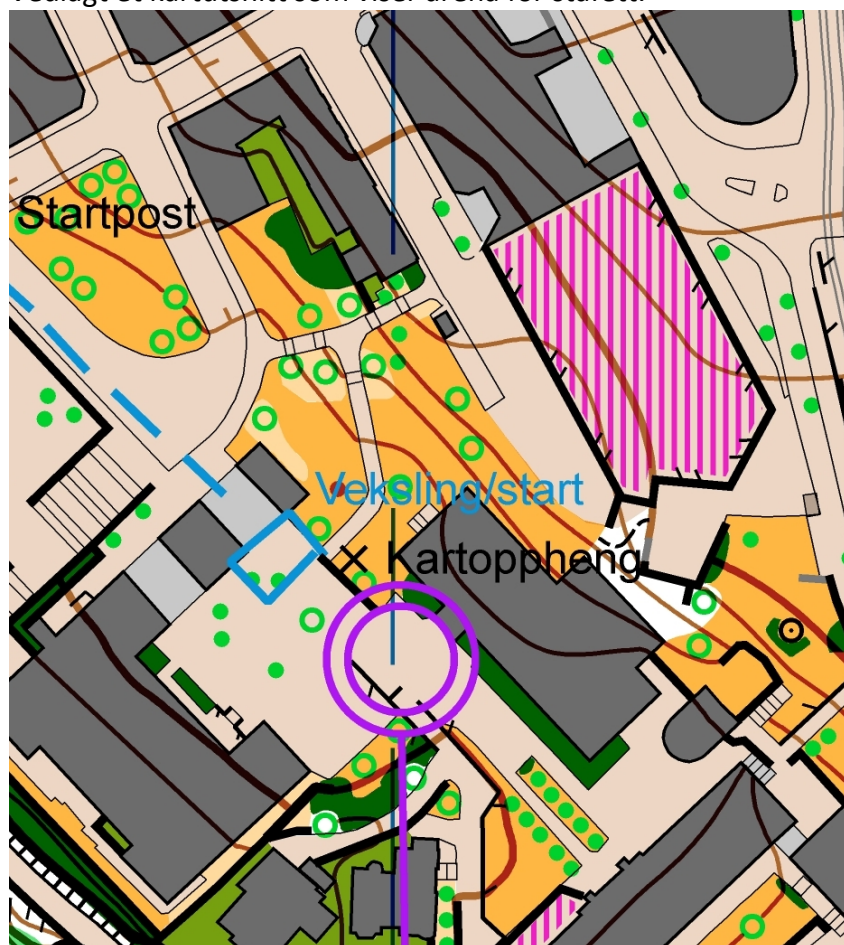
WC i Allégaten 66. Begrenset tilgang, og forbudt med skitne sko (selvsagt forbudt med piggsko).

Sperret område

Se kart. Deltakere skal ankomme arena fra Nygårdsgaten via Borgermester Platous gate til Allégaten:



Både start og mål blir å finne på arena (begge løp).
Vedlagt et kartutsnitt som viser arena for stafett.



Løyper/klasser

Individuelt løp:

Løype	Nivå	Lengde	Klasser
1	A	3,5 km	H19-
2	A	2,9 km	D19-, H16-18
3	A	2,6 km	D16-18 , H60-, A-åpen
4	B	2,5 km	D13-15, H13-15 , D60-
5	C	1,4 km	D/H-10, D11-12, H11-12, D/H13-16-C, C-åpen
6	N	1,3 km	D/H11-12N, D13-N, H13-N, N-åpen

De fire lengste løypene (KM-klasse) er i henhold til IOF sin norm målt i korteste veivalg og ikke luftlinje. Det er kun løype 4 (B) som har kunstige sperringer.

Stafett:

Klasse	Nivå	Etapper	Løypelengde pr etappe
H15-	A	2	2,3 km
D15-	A	2	1,8 km
D/H 11-16	B	2	1,8 km

D15- og H15-: Løypene er gaflet.

D/H 11-16: Ikke gaflet, men 1. etappe er ulik 2. etappe.

Start:

Individuelt: Første startende kl. 13:00. Ett minutt startintervall.

Løype 1-5 har egen start.

Nybegynnerløypen har egen start.

Oppvarming i Allégaten mellom Forstart/Vekslingsfelt og langs hele Realfagbygget til Jonas Reins gate. Det er løse postbeskrivelse ved start.

Stafett: Ca. kl 15:30 starter klassene D/H15-. D/H 11-16 starter kl 15:33

Oppvarming stafett er samme sted som for sprint individuelt Det er ca. 50 m fra start og veksling til startpost for alle løyper. Alle løperne MÅ innom startposten, men det er ikke brikkekontroll der (Fair Play!).

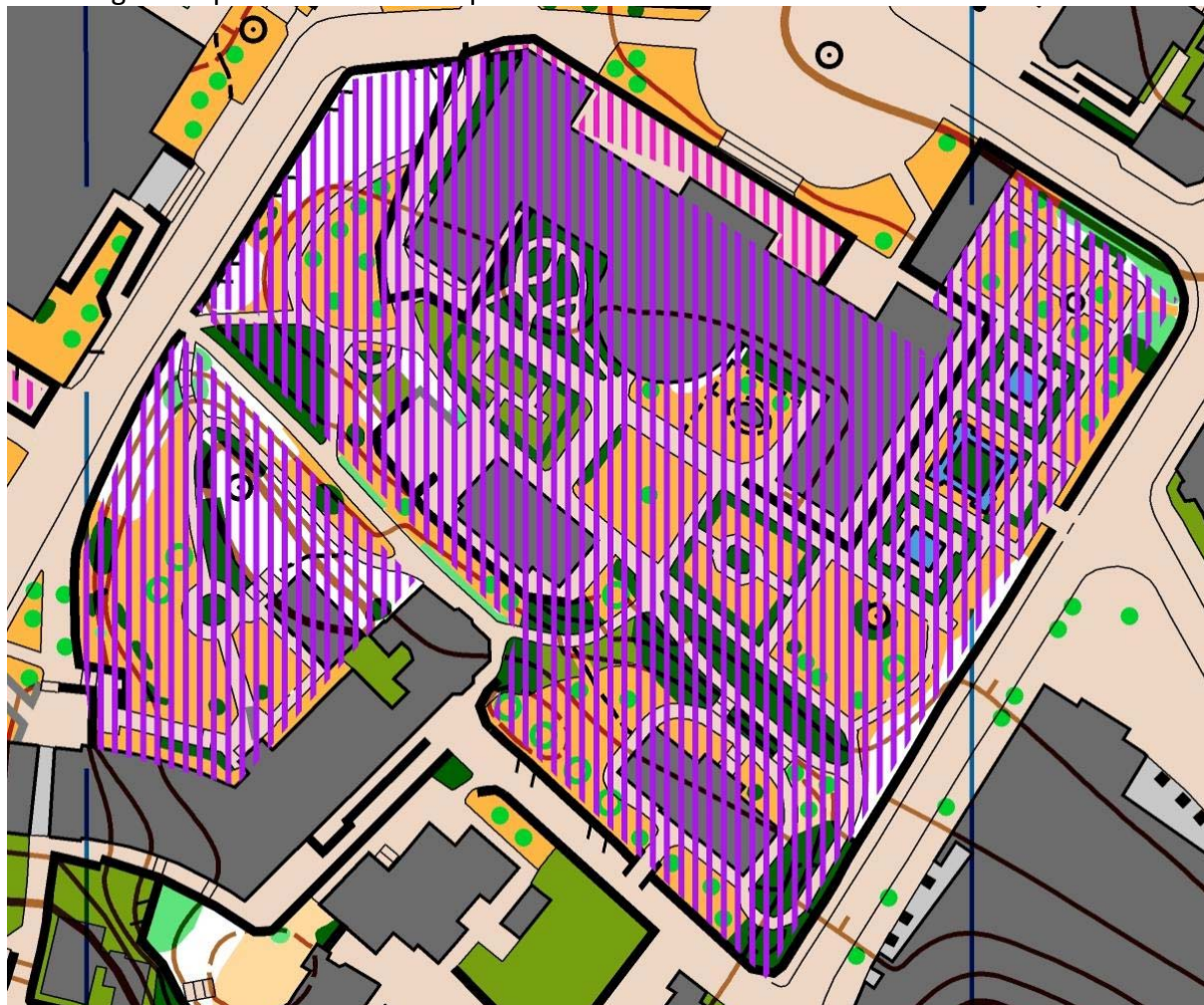
Veksling

Veksling foregår ved at innkommende løper passerer mållinjen, løper frem til kart-tavle og plukker riktig kart for neste løper for deretter å overlevere kartet til neste løper ved vekslingsbåndet. Deretter skal innkommende løper registrere sin brikke på målpost for kontroll. Det er løpers ansvar å ta riktig kart.

Terreng

Underlaget består for det meste av fast underlag og noe gress/plen. Terrenget består stort sett av boligområder med åpne gater med noen bakgårder. Det er også en del innslag av plener og parker.

Musehagen er sperret men er lov å passere slik som illustrert her:



Lite trafikk i området, men løype 1 og 4 skal krysse en vei med noe trafikk (det meste kommer i puljer fra et lyskryss, men er rimelig begrenset på søndager).

Arrangør: [Varegg fleridrett](#)