

# PM

## Elgdilten og Løvspretten 4.-5. juni 2017



[www.pinselopene.no](http://www.pinselopene.no)

# Velkommen til arena Budor



# PM PINSELØPENE 2017

## Elgdilten og Løvsprett

### Løypelengder

Søndag 04.06.17 Elgdilten

Nivå	Km	Klasser
A	4,98	H 17-
	4,16	D 17-, H 15-16, H 35-, H 40-,
	3,69	D 15-16
	3,72	H 45-, H 50-
	3,35	D 35-, D 40-, H 55-
	3,07	D 45-, H 60-, H 65-,
	3,09	D 50-, D 55-
	2,31	D 60-, D 65-, D 70-, D 75-, D 80-, H 70-, H 75-, H 80-
	4,1	Direkte AL
	3,1	Direkte AK
B	2,76	D 13-14, H 13-14, D 15-16B, H 15-16B, D17-B, H 17-B,
	2,7	Direkte B
C	2,62	D 17-C, D 13-16C, H 17-C, H 13-16C,
	1,79	D 11-12, D-10, H 11-12, H-10
	2,6	Direkte C
N	1,49	D 13-16 N, H 13-16 N, D17-N, H17-N

Mandag 05.06.17 Løvsprett

Nivå	Km	Klasser	Start
E	5,9	H 21-E	1
	4,6	D 21-E	1
	løpstest	H/D 17-20 E	
A	9,4	H 35-	1
	7,6	H 40-	1
	6,7	H 45-, H17-AK	1
	6,2	H 50-, H 15-16, D 35-	1
	5,8	H 55-, D 40-	1
	5,2	H 60-, H 45-AK, D 45-, D 15-16	1
	5,0	H 65-, D 50-, D 55-	1
	4,3	H 70-, H 75-, D 60-, D 65-, D 17- AK, D 45-AK	1
	3,3	H 80-, D 70-, D 75-, D 80-	1
	6,0	Dir A	1
B	4,4	H 13-14, H 15-16 B, H 17-B D 13-14, D 15-16 B, D 17-B, Dir B	2
C	3,2	H 13-16 C, H 17-C, D 13-16 C, D 17-C, Dir C	2
	2,3	H 11-12, D 11-12	2
	1,9	H -10, D -10	2
N	1,9	H 13-16 N, D 13-16 N	2
	3,3	Dir N	2
	4,6	Dir N lang	1 OBS
	3,3	H 17-N, D 17-N	2

## ELGDILTEN SØNDAG

Første ordinære start kl. 18:00.

N-, C- og direkteklasser fri start fra kl. 17:00.

800 meter (10 minutter å gå) til start langs vei vest-/sørvestover fra samlingsplass. Merket med røde og hvite bånd.

## LØVSPRETTE MANDAG

Første ordinære start 11:00.

N-, C- og direkteklasser fri start fra kl. 10:00.

### Start 1:

2,0 km (25-30 minutter å gå) langs vei (4-500 meter i terreng) vest-/sørvestover fra samlingsplass.

Merket med røde og hvite bånd. Passerer start 2.

### Start 2:

0,8 km (10 minutter å gå) langs vei vest-/sørvestover fra samlingsplass. Merket med røde og hvite bånd.

## VÆSKEPOST LØVSPRETTE

Væskepost i løyper over 9 km. Selvbetjening.

## KART OG TERRENGBESKRIVELSE FOR ELGDILTEN OG LØVSPRETTE

### KART:

Budor målestokk 1:10 000, ekv 5 m Revidert 2016

Kartet som blir benyttet er i den nye kartnorm ISOM 2017.

### TERRENG:

Myrlendt og skråli skogsterreng med mange diffuse partier.

Det er diffus overgang mellom myr og hardbakke.

Det har ligget snø i terrenget til en uke før løpet. Lite undervegetasjon

Variierende detaljrikhet. I nærheten av arena finnes det en del skiløyper.

## KLASSER TIL START 1 (Løvspretten mandag)

### Følgende klasser skal til start 1:

D/H 21-E

D/H 35-

D/H 40-

D/H 45-

D/H 50-

D/H 55-

D/H 60-

D/H 65-

D/H 70-

D/H 75-

D/H 80-

D/H 15-16

D/H 17-AK

D/H 45-AK

Dir A

Dir N lang



## **KLASSER TIL START 2 (Løvsprett mandag)**

Klasser som ikke skal til start 1 eller ikke har løpstest.

## **LØPSTEST FOR D/H 17-20E (mandag)**

Egen start.

## **STARTPOST**

Start 1 mandag har startpost. Det er merket løype fra tidstart til startpost. Startposten er merket med vanlig o-skjerm. Ingen stempling på startposten.

## **OPPROP**

Oppropstid 3 minutter før tidstart.

## **TIDTAKING**

Det benyttes elektronisk tidtakingssystem, Emit i alle klasser. Løperne er selv ansvarlig for å sjekke at brikke-nummeret i startlista stemmer. Kontakt løpskontoret dersom det er feil.

## **EmiTag (kun mandag)**

Klassene D 21-E og H 21-E, og D 17-20 og H 17-20 skal bruke emiTag. Påmeldte med egne slike bruker disse. Øvrige får utlevert emiTag (leie) på start.  
NB! Klassene D 21-E og H 21-E skal også stemple på målbukken som er plassert etter mållinja (der tiden tas).

## **GPS (kun mandag)**

20 løpere i klasse D 21-E og 30 løpere i klasse H 21-E, skal bære GPS-enhet. Deles ut ved start fra ca. 30 minutter før løperens starttid.

## **STARTNUMMER (kun mandag)**

Klassene D 21-E og H 21-E, og D 17-20 og H 17-20 skal bære startnummer. Selvbetjening ved start.

## **POSTBESKRIVELSER/BACKUP-LAPPER**

Det er postbeskrivelser med IOF-symboler trykt på kartet, samt løse postbeskrivelser på starten. Backup-lapper fås ved start, selvbetjening. Løpers ansvar å bruke backup-lapp.

## **DRIKKE VED START (kun mandag)**

Drikke ved start 1.

## **TOALETT VED START (kun mandag)**

Toaletter ved start 1.



## **TØY FRA START**

Kan på eget ansvar legges i poser ved start og vil bli fraktet til arena (ved løperdrikke).

## **OPPVARMING/FORBUDT OMRÅDE**

Oppvarming skal skje langs merkingene til start.

## **PARKERING / BOMAVGIFT**

Parkering ca. 200 meter fra samlingsplass.

Det blir innkrevd bomavgift på kroner 60,- pr. dag.

## **DUSJ**

Varm dusj på samlingsplass begge dager.

## **RÅTASS**

Det er råtass-opplegg begge dager.

## **BARNEPARKERING**

Begge dager på samlingsplass.

## **KIOSK OG IS SALG**

Kiosk med salg av kaffe, mineralvann, kaker, vafler og pølser begge dager.

Salg av is og hamburger fra den lokale leverandøren Bakken Øvre.

## **JURY**

Erik Haugen, Ringsaker OK

Lene M. Sætaberget, Lunderseter IL

Kari Osmon, Os IL



Våre sponsorer:

SPORT & NO

NONAME

INOV

Scandic  
HAMAR

SpareBank  
ØSTLANDET



Installasjonsservice AS  
Tlf.: 62 54 73 00  
Vakttlf.: 481 33 686



LØVLIEN GEORAD  
Geoteknikk - Geoteknisk Laboratorium  
www.lvliengeorad.no



SKOGFRØVERKET  
Stiftelsen Det norske Skogfrøverk



HEDMARK  
FYLKESKOMMUNE



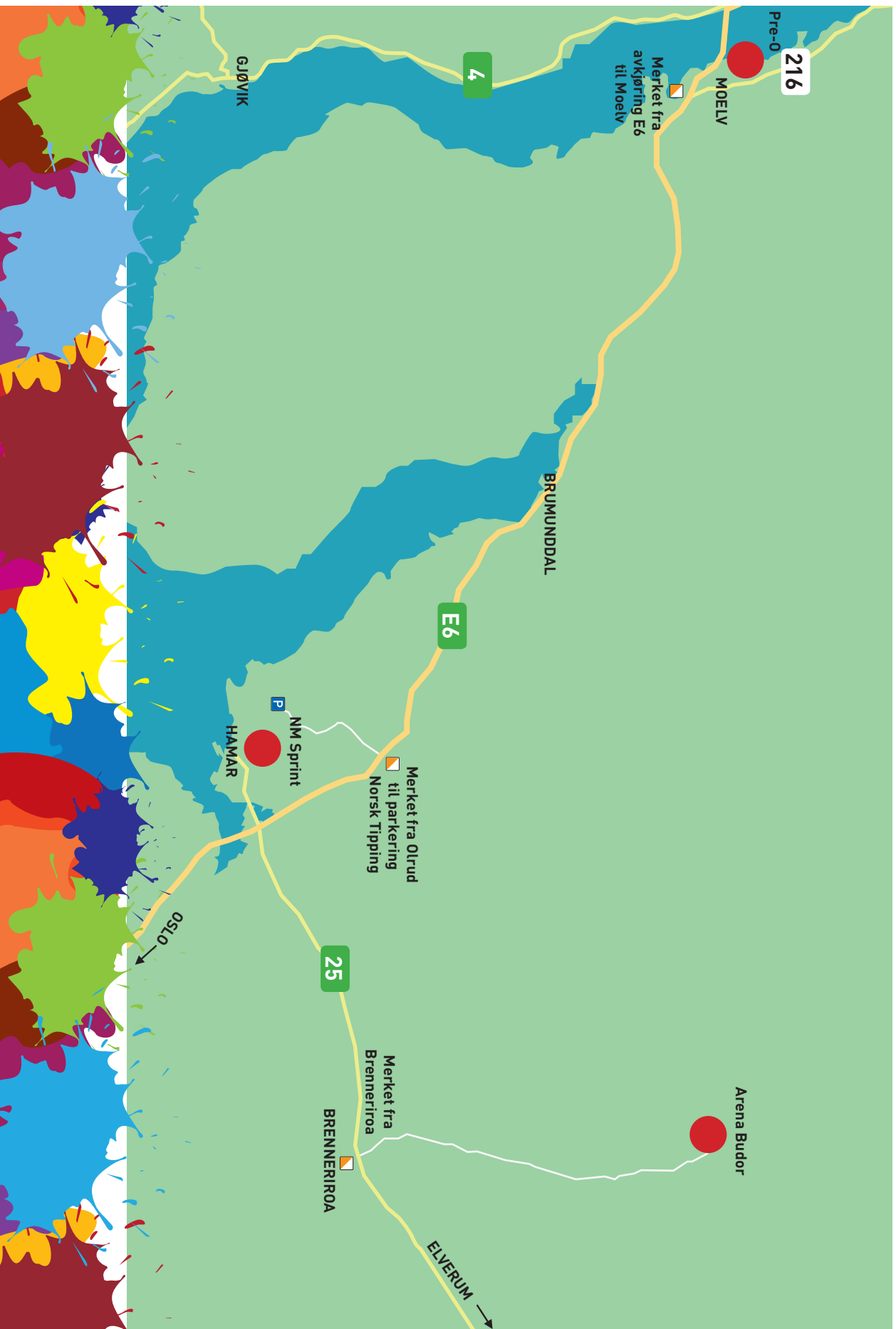
Hamar kommune



Løten kommune



# Oversiktskart NM/Pinseløpene



Du kan betale  
med  **CASH**  
fra SpareBank 1  
på arena