PM

Velkommen til *Nattpotta* – siste løp i Østmarka-karusellen 2017 og klubbmesterskap i nattorientering for Østmarka OK.

Arena: Skytterhuset på Skjetten, Hellaveien 40 i gangavstand fra Strømmen stasjon via Bråtejordet skole og Skjetten skole: https://goo.gl/maps/CmCmJHW9tS32
Oppholdsrom/garderobe i 1. etg. Toalett i kjelleren. Piggsko forbudt innendørs.

Parkering: Bak skytterhuset, eventuelt i sidegate til Hellaveien eller v/Skjetten skole.

Start: Fleksibel start mellom kl. 20:00 og kl. 20:30. **Mål stenger kl. 22.00.**
* Følg gule merkebånd ca. 500 meter øst/sør-østover inn i lysløypa. Jordet øst for start er ellers egnet som oppvarmingsområde.
* Selvbetjent start: husk å nulle emit-brikken i startøyeblikket! Forsøk å oppnå minst 1 min. intervall for den enkelte løype (parløp er imidlertid tillatt for N- og C-løypa).

Løyper: 4,5 km: H/D 17- og Åpen A-lang
2,8 km: Åpen A-kort
3,3 km: C-åpen samt D 13-16 og H13-16
1,6 km: N-åpen løype for rekrutter
Løypelegger: Inge Ramberg

Kart: Skjettenkollen (med Bråteåsen), revidert 2016. Målestokk 1:7 500 for alle, ekvidistanse 5 m. Lysløypetrasé over dyrket mark, nær start er ikke med på kartet.

Postene: Har o-flagg med refleks, refleksstav og emit-stemplingsenheter med kode.
NB: Andre postflagg og refleksstaver finnes i nærområdet (for treningsaktivitet).

Detaljerikt nærterreng:
*** Nybegynnerløypa og C-løypa** går dels i stirikt nærterreng med mange ekstra tråkk, og delvis opplyst lysløype trasé – og dels i opplyste, boliggater uten fortau (tilbake til skytterhuset). Bruk derfor hodelykt hele tida og se deg godt for i utkjørsler/gatekryss.
*** A-løypene** er lagt i kupert terreng i Skjettenkollen med markerte turstier og mange småtråkk. Løpbarheten er generelt god, med unntak av enkelte hogstflater og noen mindre partier med grøntfelt. Hovedstiene kan stedvis være glatte å løpe på nå.
Vær også ekstra oppmerksom om du forserer skrålia rett etter andre post i langløypa.