



PM – Østfoldsprinten 1

Fremmøte: Fredrik 2., vgs. avd. Christianslund. Parkering like ved samlingsplass.

Klasser og løypelengder:

Klasse	Løypelengde	Nivå
N-åpen	1,2 km	N
D/H 11-12, D/H 13-16C	1,3 km	C
D/H-16, D/H-17, D/H 50-	2,1 km	A

Start: Første start kl.18:30. 30 sekunder startintervall. 650 m å gå til start. Det finnes løse postbeskrivelser for alle klasser på start.

Kart: Fra kartbasen Fredrikstad-Kråkerøy nord sprint, målestokk 1:4000 og ekvidistanse 2m.

NB! Klassene som løper N- og C-nivå vil få utlevert kart på arena. Kartet hentes i målteltet.

Terreng: Løpsterrenget består stort sett av boligområder og gater, men også noen innslag av urbane områder (skoler etc.) og gressarealer. **Alle klasser må krysse enten en eller to trafikkerte veier under løpet. Veien er markert med stiplet linje (kartsymbol 709, ISSOM), og lovlige passeringer er markert på kartet (kartsymbol 708, ISSOM). Overgangene finnes der også i virkeligheten som fotgjengerfelt.**

Tidtaking: EMIT, klubbene er selv ansvarlige for brikker til løperne!

Premiering: Ingen premiering før finalen i Østfoldsprinten.

Vask: Våtklutmetoden. Toaletter finnes på samlingsplass.

Løpsleder: Henning Martinsen, tlf.:47 97 72 48, mail: hsmartinsen@gmail.com

Løypelegger: Bendik Eliassen

Velkommen!