



PM Myrsprinten

Vang O-lag ønsker alle velkommen til den 24. Myrsprinten. Årets arrangement er lagt til Ridabu skole.

Start

Første start kl. 12.00. N-åpen kan starte fra kl. 11.00 til kl.12.30.

Start er vest på samlingsplass. Det er løse postbeskrivelser og back-up-lapper ved start. Husk å føre på brikkenummer. **Kontroller brikkenummer mot startliste!**

Alle N-klasser, D/H 10, C-åpen og D/H 11-12 får kartet i lagsposen. Øvrige klasser får kartet i startøyeblikket.

Følgekart for N-åpen finnes ved start.

Løpere som bruker leiebrikker leverer den etter målgang. Tapt leiebrikke må erstattes med kr. 400,-.

Kart

Kartet som benyttes er tidligere benyttet til sprintløp men har blitt revidert og utvidet i 2018. Kartet er tegnet etter sprintnormen.

Målestokken er 1:4000 og ekvidistansen er 2 m.

Kartet er ikke kontrollert og godkjent av kartkomiteen i Hedmark o-krets.

Terrenget

Terrenget består av bebyggelse med vegger og friområder. Det meste av løypene går på grus, asfalt og gress. Når det løpes i urbane områder er det viktig at løperne setter seg inn i sprintnormen og respekterer kartet. I Sprint har alltid kartet rett. Vi håper alle respekterer de skraverte områdene, hager, hekker, tjukke svarte streker andre forbudte områder og hindringer, slik at vi får en mest mulig rettferdig konkurranse til glede for både oss utøvere og grunneierne.

Løyper

Løperne er fordelt i 8 løyper med følgende lengder og klasser:

- 1200 meter N-åpen, D/H11-12N,
- 1500 meter D/H-10, D/H13-16N, D/H17N
- 1900 meter D/H11-12, C-åpen,
- 2000 meter D60, D70, H70
- 2400 meter D13-16, D50
- 2700 meter H13-16, H60
- 3100 meter D17, D 40, H50
- 3600 meter H17, H40

Alle løpere, med unntak av deltakere i C og N-løyper, vil krysse den trafikkerte Sælidvegen som er midt på kartet. Det er kun tillat å krysse denne veien på overganger som er markert på kartet. Dette er fotgjengeroverganger. Vis hensyn og forsiktighet ved all kryssing og løping langs veg. Kryssing av bekk/elv skal skje over bru.

Oppvarming

Oppvarming skal skje inne på skoleområdet innenfor samlingsplassens naturlige begrensning. Det er også mulig å varme opp i området mellom samlingsplass og parkering ved Toneheim.

Småttroll

Småttroll på samlingsplass fra kl. 11.00 til kl. 14.00.
Det er ingen barnepark.

Resultater

Oppslag på samlingsplass og på Eventor i etterkant.

Servering

Løperdrikke etter målgang.
Åpen kiosk på samlingsplass

Garderobe

Utendørs ombytte.
Toaletter innendørs i kjelleren på gymsalen - ikke tillatt med piggsko og disse skal settes på utsiden av inngangen.

Velkommen til Myrsprinten!