

PM



2-mannsstafett Sveineskogen

Onsdag 11. juli 2018

- Frammøte:** Parkering inne i skogen, merka frå Opstadvegen, indre veg mellom Nærbø og Varhaug.
- Samlingsplass:** Ved opent område inne i skogen.
- Kart:** Sveineskogen
Målestokk 1:5000
Ekvidistanse 2,5 m
- Terreng:** Kupert skogsterreng med stiar og vegar. Varierende tetthet, men stor del av skogen har vorte opnare. Det er nokre utydelege sykkelstiar (terrengsykling) som er delvis merka. Enkelte er tatt med på kartet.
- Start** Fellesstart klokka 18.
- Startkontingent** Kr 30 pr person, kontant eller Vipps
- Løyper** Det vert 5 løyper på ca 1 km . I tillegg vert det nybegynnarløype. Alle postane har postflagg. Ein kan velgja å springa stafett eller individuelt.
- Opplegg.** Dei som spring stafetten, finn ein partnar å springa saman med. Førstemann spring ei av løypene og vekslar med partnaren sin ved å overlevera kartet etter å ha stempla på målposten, slik at nummer to spring same løypa som nummer ein. Begge løparane spring alle løypene, eller så mange dei vil. Unntak: Skulle ein løpar bruka mykje tid i løypa, kan partnaren starta sin etappe før løparen har kome til veklsing. Hugs å skriva opp tidene for kvar løype i tabellen. Stiller du åleine, spring du eit valgfritt antall løyper.
- Resultat** Resultat ut frå listene vert lagt ut på Eventor.
- Løpsleiar/løypeleggjar** Inger Skretting Opstad

Vel møtt til ei god sommartrening!