



Tynset idrettsforening, orienteringsgruppa

Nord-Østerdalsmesterskapet 2018

PM

- Oppdaterte løypelengder:

Løype	Klasser	Nivå	Lengde
1	H/D 21, H/D 17-20, H 15-16, H40, H50	A	5,5 km
2	D 15-16, D40, D50, H60	A	4,1 km
3	D/H 13-14, D/H 15-20B, D60, H70	B	3,3 km
4	D/H 11-12, D/H 13-16C, D70, D/H80	C	2,5 km
5	N-åpen, D/H 10, D/H 11-12N	N	1,5 km
6	TRIM lang	N	3,9 km

- 100 m å gå til start. Ingen startpost.
- Vi anbefaler å varme opp... «Utmanande start» ville svenskene sagt ☺
- Vi oppholder oss på Haverslia skistadion der det nå er rulleskiløype.
Vi oppfordrer til å være oppmerksomme.
- Løype 1, 4, 5 og 6 skal følge merking fra sistepost opp på skistadion. Alle løpere følger så gjerdet inn mot mål. Vi ber om at dere løper ved siden av asfalten/rulleskiløypa.
- Innendørs løpskontor og kiosk. Ferske vafler og langbord. Trivelig, ja ☺
- Premieutdelingen gjennomføres også inne. Vi ber om at dere setter igjen o-skoene på trappa.

VELKOMMEN ☺