

PM 05.09

Velkommen til Foll-o-karusell #5 onsdag 5. september

Sted:	Tidligere Prinsdal skytebane, nå HIF`s hytte, merket med rød/hvite bånd fra parkeringen. Samlingsplass med tak over om det skulle bli regn
Parkering:	Parkering på grusbanen. Kjør helt opp. Følg parkeringsvaktens anvisninger
Direkte påmelding:	Tømmerhytta. Kart for N, B og C løyper deles ut i hytta. A løyper får kart ved start
Start:	Fri start mellom 17.30 og 18.30. Kort vei til start. 100 m sydover. Merket med rød/hvite bånd
Løyper:	5,5km A-nivå 4,0km A-nivå 3,3km A-nivå 2,5km B-nivå 2,0km C-nivå 1,5km N-nivå 2,8km Lang lett. N/C-nivå PS: i N-løypa vil det være noen merkebånd ut fra post 2 Slik at løpere finner rett sti videre
Kart:	Grønliåsen nord 1:7500 2m Utgitt 2014, noe revidert 2016 NB kartet er meget detaljert. Steiner, skrenter og søkk kan være mindre enn vanlig, men allikevel med på kartet.
Løpsleder:	Ove Martinsen ove.m@lc.no
Løypelegger:	Jon Fredriksen – Ove Martinsen
Påmelding/tidtaking:	Jon Strøm
Kiosk:	Salg av kaffe, kaker og saft
INFO:	Det finnes noen turposter i terrenget. Er postskjermer av litt eldre type merket HIF TUR-O, med rødestiftklemmer. Mulig løperne vil passere et par av de på sin vei