



PM

Sport8 Ås by Night & Fog Cup #7

tirsdag 26. mars 2019

Fremmøte: Se markering i Eventor. Parkering ved Norva 24 Øst. OBS! Norva 24 Øst ved Fagerstrand, Kløftaveien 100. 38 min fra Oslo S, 22 min fra Ås, 39 min fra Moss.

Parkering: Stor parkering. Unngå den nordøstlige delen av området, der det er tømme plass for diverse løsmasser, jord etc.

Tid og start: Start ved arena på forhøyet område rett nord for parkeringsplassen. Merket 70 meter til startpost fra start.

Individuell start. Fritt valgt starttidspunkt mellom kl 19:00 og 20:00. Skriv deg opp på ledig starttid på liste ved start (ca 2-3 min startintervall); førstemann til mølla. Merk senere starttid pga lysere kvelder.

Klasser/Løyper: Tabellen viser hvilke løyper som er tilgjengelige:

Løype/Nivå	Klasser	Lengde	Stipulert vinnertid
1: A-Lang	H17 -	7,3 km	65 min
2: A-Kort	D17 -, H17 – AK, ÅbN&FC Masters	4,4 km	42 min
3: C	H/D 13-16, C-Åpen	2,7 km	28 min

Terreng: Middels kupert, lite stier i A-løypene. Lite brukt terreng med villmarksprell!

Snøforhold: Delvis bart i skogen nå, smeltingen siste uka har tatt mye av den tunge snøen. Fine forhold over toppene med furuskog, i hellingene og i tettere skogsområder. Fortsatt er det områder med snø, spesielt på åpne flater og i noen daler og søkk. Snøen som ligger er såpass rått at den er forholdsvis lett å løpe i. Noen stier kan være litt utydelige under snø som ikke er gått opp. Det er meldt fortsatt god smelting i dagene framover mot løpet.

Kart: Svestadtjern 1:10.000/ 5 m, synfart av Kristen Treekrem i 2018.

Løypelegger: Audun Bjercknes

Løypestrykk: Kartet foreligger kun digitalt så det blir kartutskrift i 1:10000. Kartutskrift i 1:7500 for Night & Fog Masters og C-Åpen.

Garderober: Nei, men det blir bål for stemningens skyld.

Postmarkering: Reflekspostflagg eller bare reflekser og løse EKT-enheter.

Påmelding: På Eventor

Påmeldingsfrist: Ordinær påmelding innen mandag 25. mars kl 16.00.

Etteranmelding: Innen kl 23.59 mandag 25. mars (eller senere på SMS til løpsleder så lenge det er ledige kart).

Startkontingent: Det er en startkontingent på kr 70 for H/D 17- som ikke betaler treningsavgift til Ås-NMBU Orientering. Faktura sendes til klubb etter endt cup. "Bedrifts-/privatløpere" betaler på løpsdagen. Gratis for H/D -16.

Tidtaking: EKT (så husk brikke!)

Løpsleder: Audun Bjerknes, tlf 922 05 729, audun_bjerknes@hotmail.com

Velkommen til nattløp i Nesoddmarka!

Terrengbilder søndag:



Bilder fortsetter på neste side

