



PM

S - 930M - 12 POSTER | M - 1500M - 12 POSTER | L - 2000M - 16 POSTER

FØLG MERKING FRA KRYSSSET STORGATA / MARKENSVEGEN.

FRI START MELLOM KL. 18-19

**KART:**

UTSNITT AV «KONGSVINGER FESTNING». FØRST UTGITT CA. 1682..., DERETTER JEVNLIK REVIDERT – SENEST I 2019. SPRINTNORM. SE KARTOPPSLAG PÅ ARENA.

MÅLESTOKK | EKVIDISTANSE:

1:2500 | 5M

ARENA:

AMFIET FORAN/SØR FOR SENTRUM VIDEREGÅENDE SKOLE (MOT GLOMMA OG CHOMOLUNGMA)

TERRENG:

BY OG PARK. OVERRASKENDE KUPPERT ENKELTE STEDER. SPESIelt I OPPOVERBAKKER. ENKELTE POSTER ER PLASSERT TETT VED/I STØRRE OG MINDRE VASSDRAG – TA HENSYN OG TILPASS FARTEN. SISTEPOST LIGGER VED VERDENS HØYESTE FJELL. JOGGESKO ANBEFALES.

PARKERING:

BENYTT ETABLERT PARKERINGSPLASSER ØST FOR SENTRUM VIDEREGÅENDE SKOLE. CA. 100M TIL ARENA.

PÅMELDING:

DET ER ANLEDNING FOR PÅMELDING HELT FRAM TIL START. STARTKONTINGENT I HENHOLD TIL INNBYDELSE.

LØYPE	FERDIGSNIVÅ	KLASSE	LØYPELENGDE	ANTALL POSTER
SMALL/STUTT	N	NYBEGYNNERE	930M	12
MEDIUM/MIDDELS	C	D-16 C	1500M	12
		H-16 C	1500M	12
		H/D 17 C	1500M	12
LARGE/LANG A/B		D-16	2000M	16
		H-16	2000M	16
		H&D 17	2000M	16

TOALETT:

INNENDØRS I SKOLEN. TA GJERNE AV UTE- / LØPSSKO.

START:

FRI START MELLOM KL. 18-19. MIN. 1 MINUTT STARTINTERVALL MELLOM LØPERE I SAMME LØYPE. TIDSSTART VED ARENA. 50M TIL STARTPOST (MERKET MED STOOOR POSTSKJERM)

FORBUDT OMRÅDER / OPPVARMING:

I HENHOLD TIL IOFS SPRINTNORM. OPPVARMING VED ARENA OG ØSTOVER LANGS STRANDPROMENADEN.

POSTER:

SJEKK POSTENES KODER OG POSTBESKRIVELSE. TIL TIDER HENGER POSTENE TETT OG UVANLIG I FORHOLD TIL POSTDETALJEN.

POSTBESKRIVELSE:

FINNES BÅDE NEDERST PÅ LØPSKART OG SOM LØSE PAPIRLAPPER.

LØPSDRIKKE:

ENKEL SERVERING ETTER MÅL.

RESULTATER:

RESULTATSERVICE BÅDE PÅ ARENA OG PÅ EVENTOR.

LYKKE TIL.