

## PM for Mossemesterskapet – langdistanse 30. mai 2019

**Fremmøte:** Ødemørkstua

**Merket** fra Osloveien ved Søndre Rød (400 m inn i Vestby kommune).

Parkering ved anviste plasser på venstre og høyre siden av veien. Ca. 300 meter å gå fra parkeringen til Ødemørkstua. Ødemørkstua holder stengt under arrangementet.

**Løpsmenyen** består av 21 klasser fordelt på 5 løyper og 3 o-tekniske nivåer.

N-åpen: 1,4 km

D/H-12 D/H 17C: 2,2 km

D/H 13-14, D 60-69, D/H 70, H 80, D-åpen: 2,9 km

D/H 15-16, D 40-49, D 50-59, H 60-69, H-åpen: 4,2 km

D/H 17-39, H 40-49, H 50-59: 5,3 km

Det kåres mossemestre i alle aldersbestemte klasser.

**Starten** er på tunet ved Ødemørkstua. Start er i starttrekanten på kartet. Det er fri start i tidsrommet 12:00-13:30. Løpere i N-åpen kan starte fra 11:30. Kartet tas i startøyeblikket i alle A-klasser (dvs. i de 3 lengste løypene). Det tilstrebes minimum ett minutt startintervall i hver løype. Det er ingen startkontigent.

**Kartet** heter Ødemørk og ble sist justert i 2018. En ny blåmerket sti og en synlig sti er tegnet på kartet med lilla stippet strek da løperne kan komme i kontakt med disse enten ved kryssing eller som del av veivalg. Et nytt hogstfelt er merket på kartet med lilla innramming og med lilla H-er innenfor innrammingen. Løpere i de to lengste løypene vil kunne komme i kontakt med dette hogstfeltet. En utydelig sti er stedvis merket i terrenget med lyseblå bånd. Denne stien vil løpere i de fire lengste løypene komme i kontakt med. Det er målestokk 1:7500 i alle klasser. Postbeskrivelser er trykket på kartet. Det finnes ikke løse postbeskrivelser.

**Terrenget** er noe av det nydeligste vi kan oppdrive i Mossemarka. I tillegg har løypelegger hatt som mål at løperne skal ha en hyggelig opplevelse i skogen. Terrenget kan derfor karakteriseres som åpent, relativt lettløpt med lav lyng og liten grunn for deltagerne til å ha kontakt med hogstfelt og tett skog.

**Arenaen** har tilgang på toaletter. Det er satt ut bord og benker ute på tunet. I tillegg finnes det en åpen bygning med tak over hodet dersom det skulle bli regn.

**Premieringen** skjer på tradisjonelt vis i forbindelse med Mossemesterskapet – ultralang sent på høsten.

**Påmeldingen** kan skje på Eventor inntil midnatt 29. mai. Deretter er det direktepåmelding mellom kl. 11:30 og 13:30 på Ødemørkstua. De som ikke har egen løperbrikke får låne en av klubbens brikker.

**Løpsledere** er Even Woldstad Hanssen (tlf. 992 56 120) og Christopher Schive (tlf. 905 28 944).