

Innbydelse STOK ungdomsløp nr. 5, 2019

Torsdag 13. juni 2019 – Dragvoll

Arrangør: Nidarøst OK

Ungdomsløp 5:

Dette er et sprintløp, med estimerte vinnertider 13-15 min

Samlingsplass:

Dragvoll ved Idrettsbygget, Loholt alle 81, 7049 Trondheim.

Parkering : Den store parkeringsplassen øst for Universitetscenteret. Fri parkering etter kl 16.

Se: [kart som viser parkering og samlingsplass.](#)

Buss fra sentrum: Buss nr. 5 (Lohove/Dragvoll)

Påmelding:

Ordinær påmelding skjer i Eventor senest tirsdag 11.6.19 kl 21.00.

Endringer etter dette tidspunkt må sendes på e-post til Erik Sæbø: erik.saeboe@gmail.com

Etteranmelding kan gjøres i Eventor inntil onsdag 12.6.19 kl 21.00, eller ordnes i sekretariatet på arenaen innen kl. 1730.

Startkontingent:

kr 90,- per løper.

Etteranmeldingsgebyr: kr 20,- per løper for løpere 13 år og eldre.

Kontingenten innkreves etterskuddsvis ved faktura som sendes til klubbene.

Klasseinndeling/løyper:

Dette er et *sprintløp*, med estimerte vinnertider 13-15 min

Klasse	Løypelengde	Vanskelighetsgrad
N-åpen	1,1 km	(lett, N-nivå)
D/H 10	1,2 km	(N/C-nivå)
D/H 11-12N	1,2 km	lett, N-nivå
D/H 13-16N	1,3 km	lett, N-nivå
D/H 11-12, D/H 13-16C	1,8 km	C-nivå
D/H 13-14, D/H 15-20B	2,5 km	B-nivå
D 15-16, D 17-20	2,6 km	A-nivå
H 15-16, H 17-20	2,8 km	A-nivå

Mindre justeringer på løypelengden kan forekomme

Kart:

Dragvoll, målestokk 1:4000, ekvidistanse 2 m

Terreng:

Småkupert skog, lettløpt, asfalt, sti og gress.

Overvekt av skog/sti for de 4 lengste løypene, overvekt av asfalt for de 4 korteste.

Kvitteringssystem:

EKT (Emit) benyttes. Klubbene må selv sørge for brikker til egne løpere.



Start:

Første start kl 18.00. Ca. 600 m fra samlingsplass til start.

N-åpen har valgfritt starttidspunkt mellom kl 18:05 og 18:50.

Alle løpere med N- og C-nivå får kartet utlevert i lagsposen. Øvrige klasser får kart ved start.

Ledsagerkart (sort/hvitt) kan fås ved start (gjelder N- og C-løyper).

Alle løpere skal løpe med startnummer. Startnummeret ligger i lagsposen.

Premiering:

Premier til alle.

Løperne i klassene fra og med 13 år får gavekort fra Offtrack.

Premieutdeling for N-åpen starter kl 1900

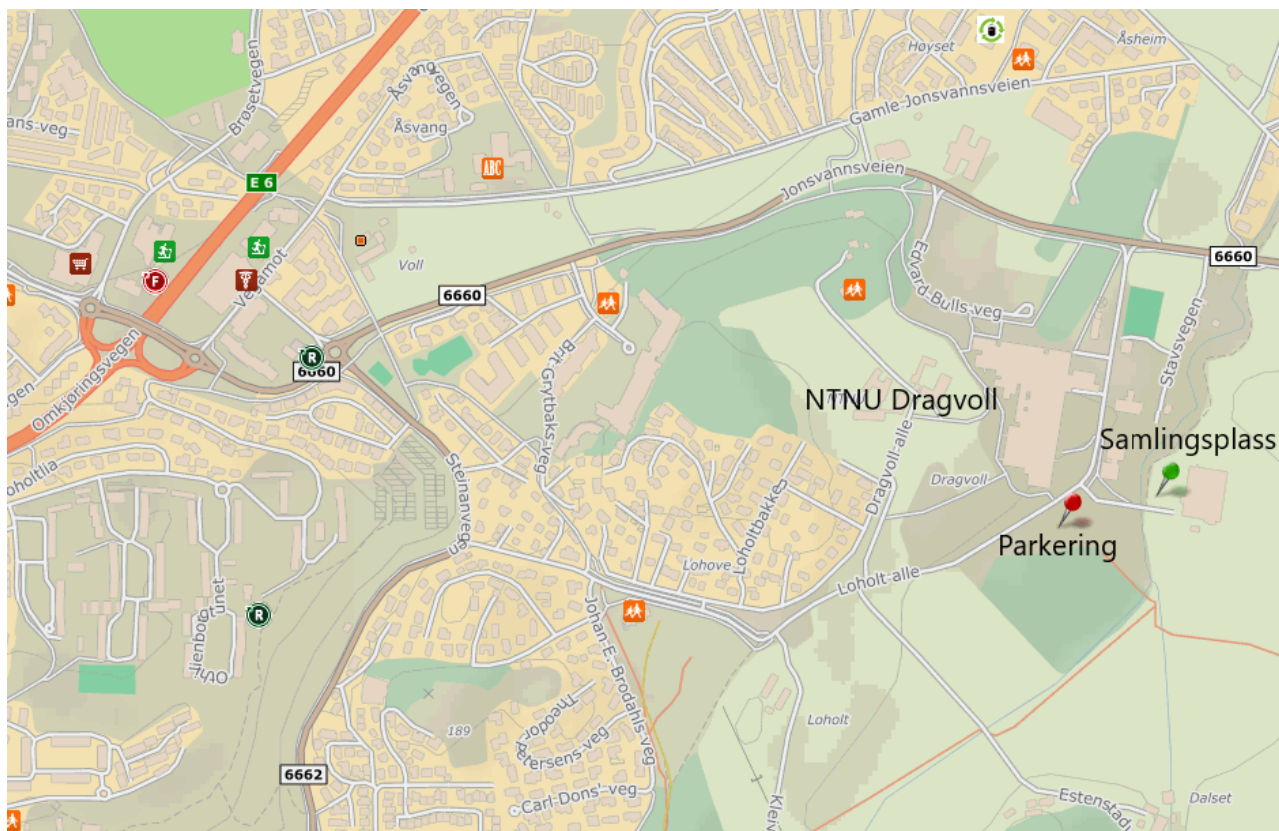
Kiosk med salg av kaker, saft og kaffe.**Små-troll:**

Det er ikke egen småtroll-løype. Småtroll anbefales å delta i N-åpen fulgt av ledsager.

Løpsledere: Jens Øystein Gjersvold (jens.gjersvold@gmail.com) og
Jan Erik Kofoed (jan.erik@kofoed.no).

Løypeleggere: Line Hovdenak Lyng og Dag Stenersen.

Teknisk delegert (STOK): Bård Nonstad.



Samlingsplass og parkering.