



# Kretsmesterskapet i langdistanse 2019

## PM

**Kart:** Høgåsen, utgitt 1996, kontinuerlig revidert og konvertert til ISOM 2017. Kartet er av god kvalitet, en del dyretråkk i terrenget som ikke er med.

**Terreng:** Typisk trønderterreng. Varierende med åpen fin furuskog, myrer og en del innslag av tettere skog enkelte steder.

**Arena:** Skihytta Ronglan, merket fra E6 ved avkjøring til Ronglan.

**Parkering:** Nært arena.

**Oppvarming:** Til start, arenaområde og vei til parkering

**Backuplapper:** Fås ved start

**Startnummer:** Alle skal løpe med startnummer, ligger i lagsposen

**Start:** Merket fra arena, ett minutt å gå. Første start kl 1200. N -åpen kan starte fra 11.00. N og alle direkteklasser har fri start.

**Mål:** Stempling på målbukk.

### Klasser og løyper:

KM-klasser			
Klasser	Løypelengder	Nivå	Målestokk
H 21	10,6 km	A	1:10000
H 19-20	8,6 km	A	1:10000
D21, H 17-18, H35	7,2 km	A	1:10000
D 19-20, D 17-18, H 15-16, D35, H 45	5,9 km	A	1:10000
D 15-16, D45, H 55, H 65	4,1 km	A	1:10000
D 55, H 75	3, 3 km	A	1:10000
D 65, D 75	2,8 km	A	1:10000
D 13-14, H 13-14	2,8 km	B	1:10000

<b>Øvrige klasser</b>			
N ÅPEN	1,9 km	N1	1:7500
D 9-10, H 9-10, Utvikling N 10-20	2,0 km	N2	1:7500
D 11-12, H 11-12, Utvikling C 10-20	2,8 km	C	1:10000
Utvikling B 12-20	2,8 km	B	1:10000
Direkte C	2,8 km	C	1:10000
Direkte B	2,8 km	B	1:10000
Direkte A	4,1 km	A	1:10000

EKT i alle klasser. Noen få brikker til utleie.

Væskepost på de lengste løypene, vann – selvbetjening

**På post 3 for klassene D15-16, D 45, H55, H 65 og direkte A henger stemplingsenheten i snor ved postflagget!**

**Postbeskrivelser:** Trykt på kartet, i tillegg løse postbeskrivelser

**Premiering:** KM medaljer og premiering etter kretsens regler

**Salg:** Vanlige kioskarer

**Vask:** Våtklut

**WC:** Utedo

**Småttroll:** På arena fra 11.00

**Løypelegger:** Terje Rønning

**Løpsleder:** Mona Lund Veie (91664551)

**TD:** Vidar Skjerve, VOK