



## MYRTRAMPEN

### KM langdistanse for Hedmark og Oppland

Tid	Lørdag 24. august
Arena	St. Olav, Vang almenning
Adkomst	St. Olav ligger ca. 7 km nord for Gåsbu. Ta avkjøring fra E6 ved Vien, og følg Gåsbuvegen ca. 13 km til Gåsbu. Følg deretter Fjellvegen nordover i ca. 7 km. Bomportal ved Gåsbu, kr. 60,- se <a href="http://vangalmenning.no/wp/?page_id=1010">http://vangalmenning.no/wp/?page_id=1010</a>
Parkering	Parkering like ved samlingsplass. Følg anvisning. Ingen avgift.

### Klasser og løyper

Løypelengder er foreløpige og vil bli justert. Endelig løypelengde angis i PM.

#### Konkurransklasser

Klasser	Lengde D	Lengde H	Nivå	KM
D/H 9-10	1,8 km	1,8 km	N-2	Nei
D/H 11-12	2,0 km	2,0 km	C	Nei
D/H 13-14	4,0 km	4,0 km	B	Ja
D/H 15-16	4,5 km	5,0 km	A	Ja

Klasser	Lengde D	Lengde H	Nivå	KM
D/H 17-18	5,5 km	6,5 km	A	Ja
D/H 19-20	6,5 km	7,5 km	A	Ja
D/H 21-	7,5 km	9,5 km	A	Ja
D/H 35-	5,5 km	7,5 km	A	Ja
D/H 40-	5,0 km	6,5 km	A	Ja
D/H 45-	5,0 km	6,5 km	A	Ja
D/H 50-	4,5 km	5,5 km	A	Ja
D/H 55-	4,5 km	5,5 km	A	Ja
D/H 60-	3,5 km	5,0 km	A	Ja
D/H 65-	3,5 km	4,5 km	A	Ja
D/H 70-	3,0 km	3,5 km	A	Ja
D/H 75-	3,0 km	3,0 km	A	Ja
D/H 80-	3,0 km	3,0 km	A	Ja
D/H 85-	3,0 km	3,0 km	A	Ja
D/H 17AK	5,3 km	4,8 km	A	Nei
D/H 17 C	2,5 km	2,5 km	C	Nei
D/H 17N	2,0 km	2,0 km	N	Nei
N-Åpen	1,8 km	1,8 km	N-1	Nei

## Utviklingsklasser

Klassene har fri start.

Utviklingsklassene er i henhold til NOF's prøveordning med nytt klasse- og løypetilbud for barn og ungdom. Det er tillatt med skygging, ledsager og/eller samløping i alle utviklingsklasser. Se eget vedlegg under arrangementet i Eventor.

Klasser	Lengde	Nivå
U-N 10-20	1,8 km	N-2
U-C 10-20	2,0 km	C
U-B 12-20	4,0 km	B

## **Myrtrampen - KM Lang Hedmark og Oppland**

Kart	St.Olav, revidert sommeren 2019 Målestokk; 1:10000. Ekvidistanse 5 meter. For klasser D/H 50 og eldre er målestokken 1:7500.
Terreng	Terrengen er variert med generelt lite kupering, diffuse og detaljfattige områder til mer detaljrike områder. En del myr. Stort sett god framkommelighet, men hogstflatene har noe variabel løpbarhet.
Start	Første ordinære start kl. 14:00. Klasser med fri start fra kl. 13:00 – 15:00.
Tidregistrering	Stempling med Emit løperbrikke. Arrangøren har et begrenset antall brikker til utleie mot kr 50,-.
Premiering	Etter NOFs regler KM-klasser, medaljer iht kretsens regler
Påmelding	Påmelding i Eventor. Ordinær påmeldingsfrist er tirsdag 20. august kl. 23.59. Etteranmelding i Eventor fram til torsdag 22. august kl. 23.59.
Påmeldingsavgift	Løpere t.o.m. 16 år: kr 90,- / f.o.m. 17 år: kr 180,- Tillegg for etteranmelding er 50%, med unntak utviklingsklassene hvor det ikke er etteranmeldingsavgift. N-åpen og utviklingsklasser kr 90,- Faktura sendes klubbene etter løpet i henhold til påmelding.

Småttroll	Opplegg med start fra samlingsplass kl. 13:00 - 15:00.
Salg	Kiosk. Vipps, men ha med kontanter pga noe dårlig mobildekning.
Toaletter	Utedo i nærheten av samlingsplass
Vask	Våtklut
Løpsledere	Teith Kyrre Dalsrud, tlf. 971 82 687/Øivind Frøisland, tlf. 419 22 204
Løypeleggere	Anders Skjeset og Jan Ola Pedersen

**Velkommen til o-løp i Vang almenning!**