



Måren Orienteringsklubb
har gleden av å invitere til

TRIMTEX

FOLLOLOPET

søndag 15. september 2019 på Nesodden
med finalen i Trimtex Cup 2019

PM

- Samlingsplass:** FIF-huset ved Myklerud kunstgressbane.
Kløftaveien 26, 1454 Fagerstrand
- Merket fra:** Merket fra kryss mellom FV 156 og FV 157 ved Søndre Dal
- Parkering:** Ved Myklerud skole. 150 m til samlingsplass
- Offentlig transport:** Båt fra Aker brygge, rute **B10**, deretter buss **575 Fagerstrand** til buss stopp Torneveien. Se ruter.no
30 m å gå fra bussholdeplass til samlingsplass.

Klasser og løyper:

Klasser	Løypelengde	Nivå	Målestokk
H17-	4,8 km	A	1:10000
D17-, H40-, Direkte A	4,3 km	A	1:10000
H15-16	3,5 km	A	1:10000
H50-	3,5 km	A	1:7500
D15-16, D40-,	3,1 km	A	1:10000
D50-, H60-	3,1 km	A	1:7500
D60-, H70-	2,5 km	A	1:7500
D70-, D80-, H80-	2,0 km	A	1:7500
D/H13-14, D/H15-16B, Direkte B	2,9 km	B	1:10000
D/H11-12, D/H13-16C, Direkte C	2,9 km	C	1:10000
D/H13-16N, Direkte N	2 km	N	1:10000
D/H11-12N, D/H-10, N åpen	1,6 km	N	1:7500

- Trimtex Cup:** Løpet er årets niende og siste løp i Trimtex Cup for klassene D13-14, H13-14, D15-16 og H15-16. For oversikt over stilling se:
<https://eventor.orientering.no/Standings/View/Series/544>
OBS: Se tilleggsinformasjon for Trimtex Cup i eget PM.

- Kart:** Svestadtjern utgitt 2018, produsert av Kristen Treekrem.
Målestokk er angitt i klasse-/løypeoversikten. Løpskartene er printet hos Benjamin Sats og Trykk. Kartene er pakket i sveisete plastlommer.

Alle N-klasser og klasser som løper C-løype må hente kartet i sekretariatet. Husk å ta det med til start!

I øvrige klasser tar løperne selv kartet i startøyeblikket.

Lånebrikker: Måren har noen brikker som kan lånes for kr 50,-

Terreng: Middels kupering og stort sett god løpbarhet.

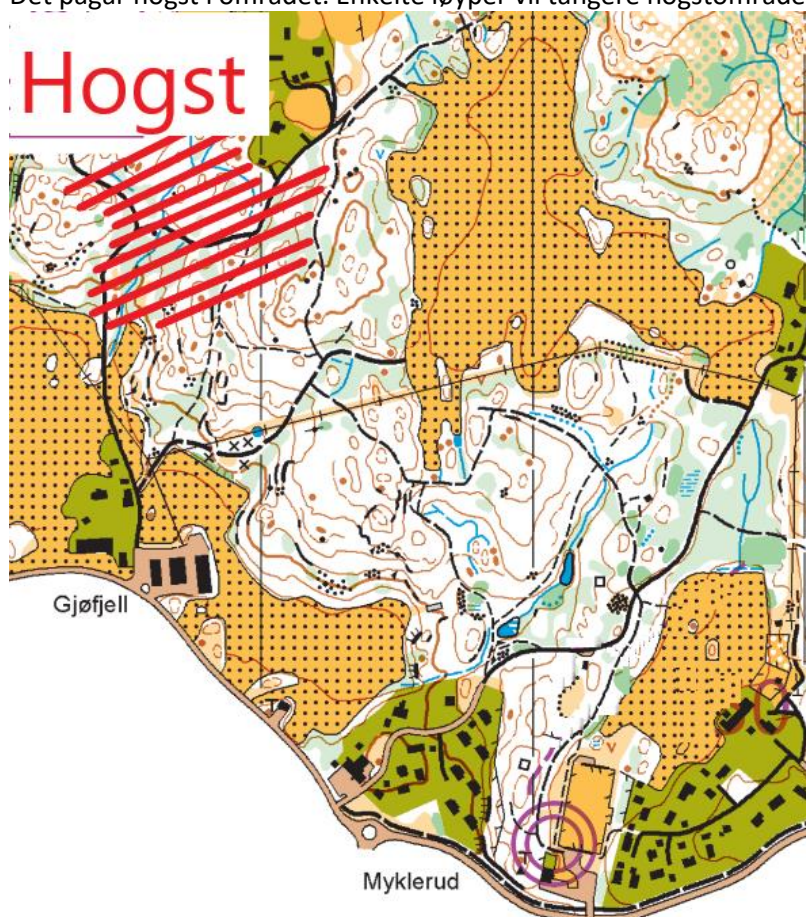
Start: Første ordinære start kl. 11.00. Løpere i N-åpen kan starte med selvvalgt starttid mellom 10.00 og 12.30. Løpere i direkteklasse kan starte med selvvalgt starttid mellom 11.00 og 12.30.

150m til start N-løyper. N-løyper starter ved startpost.

800m til start øvrige løyper, på veien passerer man private områder – Vis hensyn til beboerne!

Det er opprop 3 minutter før start, og det er løse postbeskrivelser tilgjengelig. Backuplapper er tilgjengelig (selvbetjening) før start. Avstand til startpost 30 m.

Hogst i området: Det pågår hogst i området. Enkelte løyper vil tangere hogstområdet!



Forbudtområder: Private tomter/hager er forbudt område. Dette er merket på kartet med olivengrønn farge. Dyrket mark er også forbudt område selv om det er gjennomført innhøsting. Dette er merket på kartet med oransje farge med svarte prikker.

Premiering: I henhold til NOFs konkurranseregler. Premieutdeling vil skje etter hvert som de enkelte klassene er klare. Speaker gir nærmere beskjed.

Småttroll: Fra samlingsplass fra kl. 10.00. Startkontingent kr 30,-. Premier til alle.

Barneparkering: På samlingsplass. Gratis.

Toaletter:	FIF-huset
Vask:	Enkel garderobe i FIF-huset
Salg:	Kiosk med kaker, pølser og kaffe
Løpsleder:	Espen Delp, espen.delp@fno.no, 988 24 636
Løypelegger:	Grete Berntsen
TD:	Linus Olhans, Ås-NMBU Orientering
Informasjon:	Eventor: https://eventor.orientering.no/Events/Show/10554 Mårens hjemmeside: http://maaren-ok.org/

Velkommen til Folloløpet på Nesodden!