

PM

Velkommen til det 42. Rondslitet. Vi bruker i år kartet "Brennabakken", som er revidert i 2019. Målestokk er 1:10 000, ekv. 5m. En del åpen og fint terreng, som stort sett er lettløpt, men med innslag av tettere partier med nedsatt løpbarhet. Det er mye stier i nedre del av terrenget, både store og små. Myrene i terrenget er bløte og tunge å løpe. Noen av hogstflatene har en del gress der det også er veldig tungt å løpe.

Det er i år som i fjor laget "sommerfugler" på 10km løypa. Det er ingen igjen gafling, så alle har fremdeles samme løypa.

Det er lagt ut vann til løperdrikke på en post på 10 km løypa. Det er også lagt ut vann ved kartbytte for de som skal ut på 16 km. Dette er merket av på postbeskrivelsen.

Nytt av året er at målgang skjer oppe i skogen. Der mål er markert på kartet, vil det stå en stemplingsbukk og en skjerm, sammen med en plakate som sier «Mål». Herfra følger du samme merking tilbake til hallen som du fulgte til start. Tiden du bruker fra mål-stemplingen og ned til hallen har ingen innvirkning på tiden i løypa. Dette gjør at ingen trenger å løpe fort gjennom byggefeltet der det også ferdes andre (inkl. biler)

De eksakte løypelengdene er:

2,93 km

6,00 km

9,99 km

15,74 km

Løse postbeskrivelser kan hentes i sekretariatet ved frammøte.

Det er ca. 2 km til start. Start foregår oppe i terrenget. Det er merket med røde og hvite bånd

Postene på den korte løypa har postenhetene hengende i tau. På 6, 10 og 16 km løypa, er alle postenhetene satt på bukker.

Backuplapper hentes i sekretariatet før du går til start.

Det er tilgang til dusj inne i idrettshallen etter løpet. Det vil også tradisjonen tro bli servert kaffe og kaker etter løpet.

Jeg vil få ønske alle løpere en riktig god tur i skogen☺