



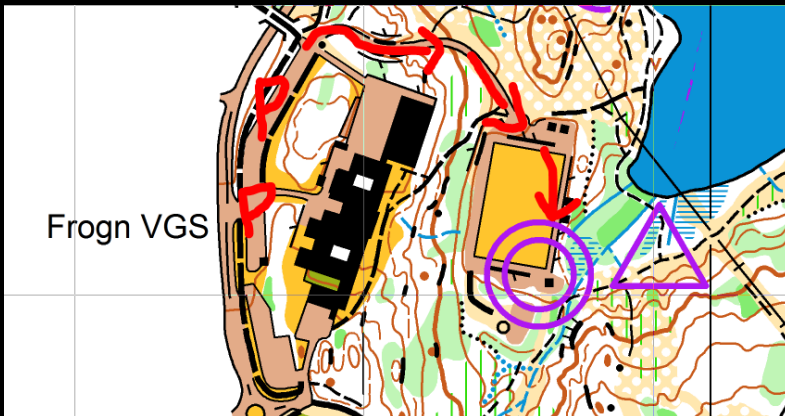
**PM**

**Ås by Night & Fog Cup #4**

**Tirsdag 14. januar 2020**

**Fremmøte:** Se markering i Eventor. Parkering ved Frogn vgs. Holtbråtveien 51, 1440 Drøbak.

**Parkering og arena:** Stor parkering på området foran Frogn vgs. Ca 4-500 meter å gå ned til arena på idrettsplassen øst for skolen.



**Tid og start:** Individuell start ved arena. Fritt valgt starttidspunkt mellom kl 18.00 og 19.00. Tilstreb 2-3 min startintervall per løype. Registrer deg elektronisk med brikke i arrangørteltet før start.

**Klasser/Løyper:** Løypene er lagt nokså kompakt. Postene kan derfor ligge ganske tett, så sjekk kode.

Tabellen viser hvilke løyper som er tilgjengelige:

Løype/Nivå	Klasser	Lengde	Stipulert vinnertid
1: A-Lang	H17 -	7,1 km	52
2: A-Kort	D17 -, H17 – AK, Night & Fog Masters	4,6 km	39
3: C	H/D 13-16, C-Åpen	2,7 km	25

**Terreng:** Lite kupert terreng. Variert vegetasjon preget av åpen, myrlendt furuskog og noe gammel granskog. Noen hogstfelt med grei løpbarhet. Terreng er flatt, stort sett åpent og innbyr til stor fart.

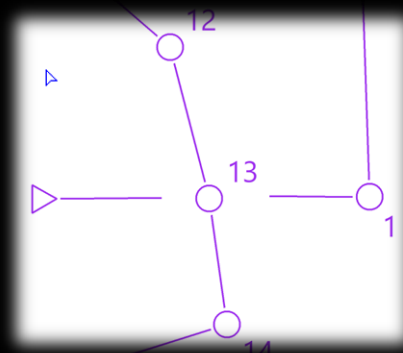
**Snøforhold:** Terrenget er snøfritt. Isete på stier, så bruk piggsko. Myrene er stort sett tilfrosset, noe som gir meget god løpbarhet. Mulig det tiner litt mer i myrene med varmegrader de siste dagene før løpet.

**NB! Strengt forbudt å løpe over islagte vann!**

**Løypetrykk:** Det oppdaterte kartet foreligger kun digitalt så det blir kartutskrift i 1:10 000. Kartutskrift i 1:7 500 for Night & Fog Masters og C-Åpen.

**Løpere i H17- bør merke seg følgende:**

Les nøye på førstestrekket og finn ut hvor første post ligger. Strekket til første post passer gjennom 13. post. Streken er dog klippet. Se fiktiv skisse til høyre som viser prinsippet (men som ellers ikke sier noe om retninger og avstander).



**Postmarkering:** Reflekspostflagg eller bare reflekser og løse EKT-enheter.

**Postbeskrivelser:** Løse postbeskrivelse hentes i arrangørteltet (finnes også selvsagt på kartet).

**Kart:** Utsnitt av Holt 1:10 000/ 5 m, synfart/rentegna av Kristen Treekrem i 2018. Oppdatert januar 2020 av Morten Due.

**Løypelegger:** Audun Bjercknes

**Garderober:** Nei, men det blir kanskje bål for stemningens skyld.

**Påmelding:** På Eventor

**Påmeldingsfrist:** Ordinær påmelding innen mandag 13. januar kl 16.00.

**Etteranmelding:** Innen kl 23.59 mandag 13. januar (eller senere på SMS til Jo Inge Fjellstad tlf 419 32 631 så lenge det er ledige kart).

**Startkontingent:** Det er en startkontingent på kr 70 for H/D 17- som ikke betaler treningsavgift til Ås-NMBU Orientering. Faktura sendes til klubb etter endt cup. "Bedrifts-/privatløpere" betaler på løpsdagen. Gratis for H/D -16.

**Tidtaking:** EKT (så husk brikke!)

**Løpsleder:** Audun Bjercknes, tlf 922 05 729, [audun\\_bjercknes@hotmail.com](mailto:audun_bjercknes@hotmail.com)

**Velkommen til nattløp i raskt og snøfritt terreng.**