



# PM

## Heimdal vintersprint 2020

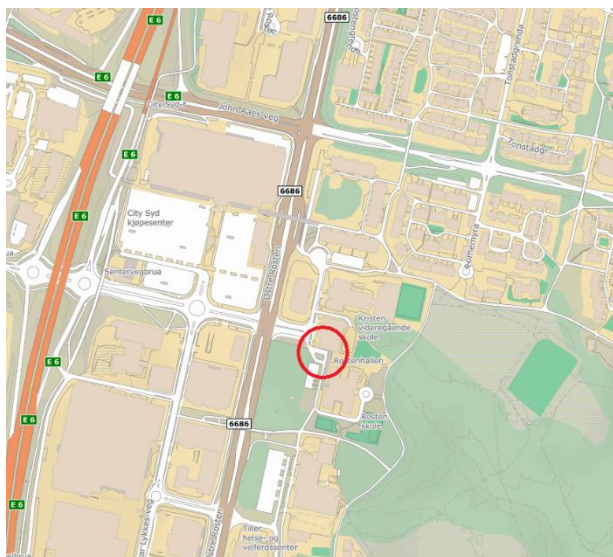
fredag 6. mars og lørdag 7. Mars.

OL Trollelg ønsker velkommen til "sprint-o-løp" i vinterlige forhold.

## Sted

Samlingsplass blir begge dager **Rosten skole**, kartlink:

<https://kart.finn.no/?lng=10.38303&lat=63.35924&tab=feedback&zoom=17&mapType=normal&activetab=feedback>



**Vi har fått tilgang til garderober i Rostenhallen, ikke o-sko inne i hallen.**

Parkering i området rundt skolen. Samkjør om mulig.

Gode bussforbindelser.

## Start (på arena begge dager)

Fredag: Det er fri start mellom kl 1800-1900, **påbudt med refleksvest**, husk leselys.

Lørdag: Jaktstart etter følgende tidtabell:

H17- og D17-: 11:00 (fellesstart 11:10, inkluderer de som løper kun lørdag)

Øvrige klasser: 11:15 (fellesstart 11:30, inkluderer de som løper kun lørdag)



## Klasser og løypelengder (korteste løpbare veivalg)

Fredag:

4,1 km: D-16, D40-, D60-, H60-, Åpen

5,4 km: H-16, H17-, H40-, D17-

Lørdag:

4,2 km: D-16, D40-, D60-, H60-, Åpen

5,7 km: H-16, D17-

6,6 km: H17, H40-

**Det er løse postbeskrivelser begge dager, deles ut i forkant av start.**

## Stemplingssystem

EMIT brikker. Arrangøren har noen leiebrikker.

Fredag er det mest hengende EKT stimplingsenheter.

Lørdag er det lett blanding men de siste to postene har doble sett med stimplingsbukker.

## Kart (begge dager)

Målestokk 1:4000 og 2,5 m ekvidistanse.

## Terreng (begge dager)

Det er fine løpsforhold, men anbefales sko med dubber (pigger)

Gule områder og skogsterreng er relativt greie å løpe på/i.

## Premiering sammenlagt

1/8 beste i H17-, D17-, min 3 premier i hver klasse

1/3 premiering i H-16, D-16, min 3 premier i hver klasse

Premie til vinner i D40-, H40-, D60- og H60-

Premieutdeling så raskt vi rekker det, ca. kl. 12:30 etter lørdagens løp.

## Funksjonærer

---

|               |   |  |
|---------------|---|--|
| Løpsleder     | Per Einar Pedersli                      | Mob. 994 70 205<br>Epost: ppedersl@online.no |
| Løypelegger   | Per Einar Pedersli                      |  |
| EKT           | Håvard Eidnes                           |  |
| Premier       | May Toril Moen                          | Husflid fra Skarsleite                       |
| Gode hjelpere | Frode Haugskott<br>Halvard Seim Grøvlen |  |

---