

PM

TRENINGSLØP MANDAG 25/5-2020

- Samlingsplass:** Ved FV249 ved Svalheim/Brateng i Øvre Snertingdal
- Start:** Første ordinære start i løype A, B og C er kl. 18.30. N-løypa har fri start fra kl. 18.00
Start og mål på samlingsplass.
- Kart:** Utsnitt av Flatsjøen.
N-løypa har målestokk 1:5000
Øvrige løyper: 1:7500
Ekvidistanse 5m
- Terreng:** Småkupert skogsterreng. Stort sett ryddig bunn så tidlig på året. Det ligger imidlertid igjen noe snø, som begrenser løpbarheten i enkelte partier.
- Poster/Tidtaking/Kontroll:** EKT. Stemplingsenhet er hengt opp på postflaggene.
- Løyper:**
- | | |
|----|------|
| A: | 4 km |
| B: | 3 km |
| C: | 2 km |
| N | 1 km |
- Nøyaktige løypelengder legges ut 24.5.
- Merking etc:** Det kan bli aktuelt med merking i N-løypa. Kunngjøres evt. 24.5
- Påmelding:** Påmelding er åpnet i Eventor. Trenger du hjelp til påmelding, kan du sende en SMS til Øystein Holmen 917 01557. Husk å oppgi løype. Både av hensyn til de gjeldende smittevernsreglene og i forhold til trykking av kart, ber vi om forhåndspåmelding innen lørdag 23/5. NB! Ledsagere må også meldes på. Meld dere på i samme klasse som den dere følger. Hvis du «bare» er sjåfør: Meld deg på i klasse Ledsager.
- Smittevernsregler:** Både på samlingsplass og i løypene må det holdes avstand til andre løpere som ikke inngår egen husstand. Postenheter sprites ved utsetting. Hender og løperbrikke skal sprites både før start og etter målgang. I størst mulig grad må stempling på postene gjennomføres ved at bare løperbrikka berører postenheten. For øvrig gjelder de generelle smittevernsreglene.
- Evt.avlysning:** Dersom det har meldt seg veldig få deltagere innen Påmeldingsfristen, blir det vurdert å avlyse løpet. Evt. avlysning kunngjøres på facebookgruppen Snertingdal IF orientering og på SIF sin hjemmeside; www.snertingdal-if.no