Fana IL o-gruppe inviterer til Pokalkamp 1

tirsdag 23. april 2013

Samlingsplass

Ved øverste parkeringsplass på Nøttveit (Nøttveitvegen). Merket fra krysset Apeltunvegen/Smøråsvegen.

Buss og parkering

Begrenset parkering på parkeringsplasser i Nøttveitvegen (0-400 meter til samlingsplass). Kun biler med minimum 4 løpere slippes opp til disse plassene. For øvrig parkering i området Apeltun skole/industriområde ved krysset Apeltunvegen/Smøråsvegen (1500 meter m/stigning til samlingsplass). Bussrute 76 Nesttun-Smørås, avgang fra Nesttun terminal klokken 16.28, 16.43, 16.58 17.26, 17.56.

Start

Fleksistart mellom kl. 17:30 og 18:30, 4 minutter å gå fra samlingsplass til start.

Startkontingent

D17-, H17-, D50-, H50-, D65-, H65-: kr. 75,-

Øvrige klasser: kr. 30,-

Brikkeleie: kr 25,-

Påmelding

Forhåndspåmelding Via Eventor innen mandag 22. april kl 20.00. ”No show no pay”. Alle forhåndspåmeldte må registrere seg på samlingsplass. Påmelding på samlingsplass løpsdag er mulig men vil kunne medføre ventetid.

Garderobe

Friluft

Løpsantrekk

Skal dekke hele kroppen unntatt hode, hals og armer.

Kart

Smørås utgitt 2002, revidert 2012. Printet av Per Vold.

Alle kartene er i 1:7500, ekvidistanse 5 meter.

Kart A lang og A kort får du ved start. Kart B får du 1 minutt før start. Kart C og N får du på samlingsplass.

Terreng

På grunn av årstiden er det lite undervegetasjon og gunstige løpsforhold. Stirikt. En del myrer med god løpbarhet.

Løyper / Klasser

Nybegynner løype: 1,6 km

D/H-10N, D11-12N, D13-16N, H11-12N, H13-16N, Åpen N

C løype: 2,2 km

D-10, D11-13, H-10, H11-12, Åpen C

B løype: 2,5 km

D12-16, D50-, D65-, H12-14, Åpen B

A løype kort: 3,2 km

D17-, H15-16, H50-, H65-, Åpen AK

A løype lang: 4,0 km

H17-

Løpsleder

Anne Kjersti Daltveit, tlf. 951 62 213

Løypelegger

Stian Solheim, tlf. 416 74 599

HUSK Å GI BESKJED TIL ARRANGØREN DERSOM DU BRYTER LØPET!