Trøsken Idrettslag

PM – 2-manns nattstafett 19/4-2013

Start:

Fellesstart i H17- kl.20:30
Direkte kan starte fra kl.20:00
Det er start og veksling på samlingsplass.
Det er merket til startpost ca.150m

Klasser og løyper:

H17-	Etappe 1	skumring/natt	8,0 km
	Etappe 2	natt	8,0 km

Etappene er gaflet mot hverandre. Det er mye gafling til å være kun 2 etapper, og postene ligger tett slik at løperne oppfordres til å følge ekstra nøye med at de er på rett post!
Det er lagt opp til meldepost ca. halvveis i løypa.
Stipulert etappetid 57 min.

Direkteløype: 5,8 km

Kart:

Nytt kart 2012, Isebakketjern,
Målestokk 1:10 000, 5m ekv.

Terreng:

Skogsterreng som varierer fra åpne lettløpte fjellrabber til kupert og veldig oppstykket terreng med mye skrenter og stup.
Mot slutten av løypene er det muligheter å komme i nærheten av stort pukkverk med stupbratte fjellvegger som ikke er sikret. Dette markeres på kartoppslag på samlingsplass.
Det har frem til sist helg vært relativ mye is og tele som har gjort underlaget glatt. Dette har heldigvis blitt mye bedre de siste dagene, men piggsko anbefales.

Backup lapper:

Finnes i lagspose. Det er ikke behov for å påføre disse noe informasjon. Det gjør vi hvis det er behov for å ta dem inn.

Premiering:

Premie til seirende lag i H17-

Vask:

Våtklutmetoden

God tur i skogen!!

Tina Hæren, løpsleder

PDF laget med uregistrert versjon av pdfFactory www.westsoft.no