



# Lillehammer OK inviterer til Fjelldilten / KM Lang Innlandet 29. august 2020

KM Lang vil bli gjennomført i henhold til NOF's veileder for O-løp som gjelder pr. 29. august vedr. smittevern iht. covid-19. 1-meters regelen gjelder. Ingen med symptomer eller mistanke om smitte skal møte opp, ei heller om man er i karantene eller isolasjon. Pga corona-situasjonen ønsker vi dessverre ikke publikum på samlingsplass.

**Sted:** Natrudstilen / Sjusjøen Skisenter. Merking fra Sjusjøvegen.  
**Parkering:** Ved samlingsplass. Ingen avgift. Navn og telefonnummer til alle fremmøtte noteres.

**Kart:** "Natrudstilen-Snørvillen", utgitt 2008, revidert 2019. Ekv. 5 meter.  
Målestokk 1:15 000 for D/H17-18, D/H19-20 og D/H21.  
Målestokk 1:7 500 for D/H50 og eldre, samt N- og C-løyper.  
Øvrige klasser har målestokk 1:10 000.

**Terreng:** Blanding mellom åpent, ganske lettløpt fjellterreng, skog av fjellbjørk og tettere skog av gran. Litt diffuse områder med mye myr i tillegg til mer detaljrike områder. Terrenget er tidvis kupert.

**Start:** Første start kl 1200. Ca 1000 meter til start langs vei, jevn stigning.

## Løyper og klasser:

Løype nr.	Klasser	Ca Lengde	Nivå
1	N-åpen	1,4km	N1
2	D9-10, H9-10, N2 åpen 10-16, N2 åpen 17-	1,8km	N2
3	D11-12, H11-12, C åpen 10-16, C åpen 17-	1,9km	C
4	D13-14, H13-14, B åpen 10-16, B åpen 17-	3,2km	B
5	D60, D65, D70, D75, D80, H70, H75, H80	2,9km	A
6	D15-16, D45, D50, D55, H60, H65, AK åpen	4,1km	A
7	H15-16, D35, D40, H45, H50, H55	5,0km	A
8	D17-18, D19-20, H40, AL åpen	6,4km	A
9	D21, H17-18, H19-20, H35	7,6km	A
10	H21	9,2km	A

KM-klasser i uthevet skrift

Forbehold om justering av løypelengder

Ingen direkteklasser med påmelding på samlingsplass. Påmelding i Eventor også for åpne klasser.

«Skygge» som følger barn i N-åpen skal meldes på i Eventor (ingen startkontingent).

<b>Kvitteringssystem:</b>	Emit
<b>Startkontingent:</b>	T.o.m. 16 år: 90 kr. 17 år og eldre: 150 kr. Tillegg for etteranmelding: 50% Ingen brikkeleie
<b>Premier:</b>	Premier til løpere t.o.m. 12 år, ellers ingen premieutdeling. KM-medaljer iht. Innlandet o-krets` regler.
<b>Påmelding:</b>	Eventor innen tirsdag 25. august kl 23.59.
<b>Etteranmelding:</b>	Eventor innen torsdag 27. august kl 23.59. Ingen etteranmelding på samlingsplass.
<b>Resultatservice:</b>	Ingen resultatservice på samlingsplass og ingen utdeling av strekktid-lapper. Resultater legges ut på Eventor.
<b>Løperdrikke:</b>	Nei. Løpere oppfordres til å benytte eget drikkebelte, spesielt ved varmt vær.
<b>Kiosk:</b>	Nei
<b>Småtroll:</b>	Nei
<b>Barneparkering:</b>	Nei
<b>Vask:</b>	Våtklut
<b>Smittevernsansvarlig:</b>	Øyvind Bakken Rognstad
<b>Løpskomité:</b>	Randi Beitdokken, Tove Bakken, Kjell Joar Rognstad, Thomas Jørgensen, epost <a href="mailto:thomajor@me.com">thomajor@me.com</a>
<b>Løypeleggere:</b>	Karianne Ruud og Birgit Madslien Kleppa
<b>Kontrollører:</b>	Nils Harald Staff (Toten-Troll) og Martin Øhman (Gjø-Vard)