

PM



Velkommen til fjells og årets mest fargerike torsdagsløp!

Oppmøte:

[Snauskallen](#), merket fra bommen på Nordseter. Se kartanvisning for bomavgift og parkering. Unngå å parker ved/på samlingsplass, se anbefalt plassering merket på kartutsnittet.

Kart: Lunkefjell, sist revidert 2018.

Målestokk: 1:10000

Løypene er i lagt i fint fartsfylt terreng med myr- og gressbunn, men med innslag av tette einerkratt som reduserer farten og sikten.

Vær oppmerksom på enkelte myrhull i start og slutt av alle løyper, men ellers er myrene greie å løpe i.



Velg mellom fire løyper :

4,7 km	10 poster	A-nivå
3,7 km	8 poster	B-nivå
2,1 km	7 poster	C-/N-nivå
1,0 km	5 poster	Nybegynner/småttroll (merking på to strekk)

med forbehold om mindre justeringer

Det blir benyttet touchfree-plater (Emit TFP) som registrering. Denne henger ved siden av selve o-skjermen, se etter lysblink som viser registrert passering. Ta med egen emit-brikke, de som ikke har kan låne (vaskes før og etter bruk) . Vær klar over at eldre utgaver av Emit-brikker er ustabile.

Ta med eget drikke. Ta smittevernet på alvor, hold avstand på samlingsplass og sprit henda ved målgang.