



## PM for Sturlanatta og 2. løp i Skumringskampen tirsdag 22. september 2020

<b>Korona</b>	<p>Hold deg hjemme hvis du har symptomer på luftveisinfeksjon, også milde symptomer. Dette gjelder også om du er i karantene eller isolasjon. Personer i risikogruppe anbefales på generelt grunnlag å ikke delta. Løpene gjennomføres etter prinsippet kom-løp-dra hjem. Husk avstandsregelen på minimum 1 meter både før, underveis og etter løpet.</p> <p>Det er Antibac av hender og brikke før start. Etter målstempling / før brikkeavlesning er det såpevann og Antibac av hender og brikke.</p>
<b>Kart og terreng</b>	<p>Hvalsdammen, revidert i 2020</p> <p>Terrenget er generelt detaljrikt, har moderat kupering og svært varierende løpbarhet. Terrenget nord for samlingsplass er småkupert og består i stor grad av oppvoksende granskog med relativt ren bunn. Løpbarheten er moderat og sikten til dels dårlig. Alle løypene avslutter i den relativt åpne furu- og granskogen sør for Hvalsdammen, der både løpbarhet og sikt for det meste er god, men også her er det innslag av tettere skog med til dels dårlig sikt og løpbarhet. Det er en del stier i dette området, og N og C-løypene går i sin helhet i denne delen av terrenget</p>
<b>Oppmøte</b>	<p>Parkering ved <a href="#">Årkvisla</a>, ca 250 m etter samlingsplass rundt <a href="#">Haugstua</a> i Årkvislaveien 86, 3400 Lier. Adkomst fra E18 via avkjøring 23. Merket fra krysset Nøsteveien / Årkvislaveien.</p>
<b>Start</b>	<p>Informasjon om hvem som ønsker å løpe sammen i D/H 11-14 klassene leveres i sekretariatet før start. Sekretariatet setter sammen par.</p> <p>Det er ca 400 m til start, ca 100 m fra parkeringen. Merket med rød/hvite bånd langs vei mot parkeringen fra samlingsplass.</p> <p>D/H 11-14 har starttid. Det er fri start for de andre klassene. Første start kl 20:00. Start stenger ca kl 20:45, men holder åpent utover det hvis det er løpere i startkøen. Det er løse postbeskrivelser.</p> <p>N-løpere kan starte fra ca kl 19:45 – når sekretariatet er klar.</p>
<b>Premiering</b>	<p>Ingen premiering. Resultatservice via Eventor.</p>
<b>Fasiliteter</b>	<p>Det er toaletter på samlingsplass. Ta med egen løperdrikke. Haugstua er barndomshjemmet til Thorleif Haug, og en kan komme innom og se. Sannsynligvis kaffe og «nogo attåt».</p>
<b>Løpsleder</b>	<p>Snorre Frydenlund, <a href="mailto:snorre.frydenlund@gmail.com">snorre.frydenlund@gmail.com</a>, tlf. 90142030</p>
<b>Løypelegger</b>	<p>Lukas Klausen</p>

## Klasser og løypelengder

Løype	Nivå	Lengde	Målestokk	Klasser m/ individuell start
1	A	5,0 km	1:7500	D/H 17- Lang
2	B	3,1 km	1:7500	D/H 17- Kort, D/H 15-16
3	C	2,0 km	1:7500	D/H 11-14 parløp
4	N	1,8 km	1:7500	N-Åpen*

Klassene D/H 11-14 parløp og N-åpen får kartet på samlingsplass.

\*N-åpen må ha følge.